

PAUL C. JAGOT

HIPNOTISMUL
LA
DISTANȚĂ



PAUL C. JAGOT

HIPNOTISMUL LA DISTANȚĂ

Traducere de TRAIAN NICA



EDITURA „M. DUȚESCU”
1992

PREFAȚĂ

Transmiterea Gîndurilor prin sugestie mentală

Metodă practică de influențare telepsihică

Există un mijloc sigur de a influența pe altcineva de la depărtare sau din apropiere, un mijloc destul de subtil pentru a rămîne neobservat, oricît de profundă ar fi acțiunea invizibilă, căreia de altfel, nimic nu-i este inaccesibil.

Acest mijloc nu este altul decît proprietatea comunicativă, dominatoare și atractivă a oricărui gînd emis intens.

Unii oameni îl folosesc fără să știe, alții îl contestă, fără să-și dea seama că întreaga activitate puternic iradiantă a unei organizări psihice o datorează ascendentului personalității lor.

Alții ar vrea să învețe a se folosi în cunoștință de cauză de această influență. Scriu această carte în redactarea căreia predomină, grija pentru claritate, precizie și simplitate, mai ales pentru aceștia din urmă.

Primele trei capitole expun noțiunile teoretice și practice ale cunoașterii a căror perfectă cunoaștere este indispensabilă oricui vrea să încerce, fie de a obține fenomenele telepsiuhice tratate în capitolele IV, V și VI, fie de a aplica influența mentală la una dintre posibilitățile cărora le sînt consacrate capitolele următoare.

După cum se știe, fiecare dintre noi vine pe lume, mai mult sau mai puțin pregătit pentru acțiunea la distanță, de aceea cartea noastră își propune ca scop să permită acelor care nu sînt prea dotați să scoată din aptitudinile lor maximum de efecte și să le întărească prin antrenament.

Afirm cu toată convingerea că fiecare om cu un pic de voință și atenție ar putea să aplice în practică învățătura care urmează.

PARTEA I

Teorii și procedee

1. Introducere în studiul puterii gândirii

Fiecare om poate să se folosească și să sufere comunicările și impunerea gândirii. Influența telepsihică este o subsecvență constantă a activității afective și cerebrale. Putem s-o întrebuițăm în cunoștință de cauză.

Realitatea diverselor fenomene de influențare directă a unui spirit asupra altui spirit a fost excesiv verificată. Nenumărate anchete, simultan desfășurate în Europa și în S.U.A. de către unele personalități sau grupări științifice au permis degajarea dintr-o masă importantă de observații că gândurile se comunică uneori spontan de la o persoană la alta, aflate chiar și la distanță¹. Mulți alți cercetători au încercat, pe de altă parte, cu succes, transmiterea centrală a imaginilor unui colaborator aflat la distanță².

Executarea ordinelor spuse în gând de către un subiect de experiență a fost și ea obținută. S-a reușit, în cele din urmă, să se provoace pe neașteptate, hipnoza, fără ca cel hipnotizat să fie de față.

A priori, toate acestea nu par să implice posibilitatea, în general, de a influența pe cineva prin sugestii formulate în gând: deși sînt numeroși, cum sînt cei care s-au dovedit emițători sau primitori de radiații mentale, sînt doar o minoritate.

1—2—3—4— vezi la pag. 16 și 17 referințele documentare cu privire la cele patru feluri de manifestări telepsihice.

Să considerăm, oare, din această cauză, comunicarea sau impunerea gândurilor ca daruri excepționale și majoritatea oamenilor inapți să opereze ori să sufere acțiunea telepsihică? Unii specialiști așa cred. Alții, nu mi puțin specialiști, susțin dimpotrivă, că orice gând se exteriorizează și tinde să afecteze, conform cu ceea ce exprimă, individul la care ne gândim.

Experiența, practica m-au determinat, fără nici o rezervă, să adopt cea de-a doua părere.

Într-îndoială că repercutarea instantanee, integrală, a unei imagini sau stări afective ale unui al treilea mai apropiat sau mai distanțat rămâne o chestiune de excepție. Dintre toate faptele culese, rezultă că asemenea manifestare pare să necesite, din partea emițătorului, o calitate și o vigoare emoțională singulare.

Cu certitudine, că o sugestie oarecare n-ar putea să impună dintr-o dată conștiinței cuiva care nu oferă unei asemenea revărsări cea mai mare receptivitate. Ceea ce afirm, ceea ce verific, ceea ce atîția alții au verificat deja ne arată că dacă repetăm timp îndelungat și cu insistență, sugestia, totul se petrece ca și cum s-ar proiecta asupra subiectului un puternic flux electric, care independent de el și în mod gradat, face să predomine în mintea lui dispozițiile sugerate.

Oricît de străin ar fi față de o noțiune, chiar imprecisă a acestei legi, orice individ tenace și voluntar își impune, fără să-și dea seama, voința. Și tot așa cum o picătură de apă a cărei cădere repetată face gaură în cheiul fîntinii, acțiunea mentală și a celui mai slab individ poate cu timpul să influențeze și cele mai neclintite voințe.

Noi toți, sîntem impresionați în sinea noastră de nemăratele proiecții psihice pe care fiecare dintre noi le trăim, neștiute, nu numai de oamenii la care ne gândim, de multe ori niște necunoscuți, dar și în afara gândurilor noastre. Acest continuu fenomenism rămîne necunoscut, neobservat, căci noi nu sîntem capabili să discernem decît o parte slabă a elementelor a căror confluență dă naștere impresiilor sentimentelor și convingerilor noastre. Dacă unele din ele vin din afară, ele scapă, fără să vrem conștiinței.

Astfel, iradierea telepsihică, subsecvență inevitabilă a activității afective și cerebrale, trebuie să fie considerată ca o proprietate firească a spiritului uman.

Dacă nu emite decît rareori aceste comunicări neașteptate, care au făcut-o simțită, ea nu joacă un rol mai puțin perpetuu și considerabil în viața de toate zilele. Dar cîte furtuni au trebuit să treacă peste oameni pînă să observe prezența și activitatea agentului care le provoacă ?

Îmi propun să arăt cum se poate folosi în mod deliberat această proprietate a gîndului pe care oamenii o folosesc fără să-și dea seama împotriva lor. Ca să putem să ne folosim de ea cu profit trebuie să reușim a stăpîni emiteria gîndului, să-i proporționăm energia, durata, frecvența la rezistențele pe care le opun influxului său caracteristicile morale ale destinatarului.

De altfel, cu oricîtă precizie și oricît de mult timp ar fi exprimată, o incitare mentală nu conține decît o slabă vigoare propulsivă. De aici insuficiența unei reci și sistematice experimentări de laborator pentru a ne putea da seama de puterea gîndurilor. În realitate, emoțiile intense, sentimentele exaltate, dorințele arzătoare iradiază în modul cel mai eficace invizibila noastră influență.

Trebuie, de asemenea, să știm a condensa, pentru a emite apoi la înaltă tensiune dinamismul cerebral, căreia dispozițiile precedente îi dau naștere în adîncul ființei și pe care-l împrăștiem cu ușurință dacă nu-i sesizăm puseele la timp.

Ținînd cont de indicațiile pe care le găsește în această carte, orice individ poate realiza condițiile indispensabile verificării prin el însuși a realității acțiunilor de la distanță. Tehnica operatorie pe care o vom expune — deja profesată prin vorbe spre satisfacția unora — rezultă în întregime din cercetările mele.

Am abordat problema de multe ori și de fiecare dată folosind alte procedee. Aproape în fiecare an, începînd cu 1909, cînd a apărut prima mea lucrare și pînă în 1918 — data publicării primei ediții a cărții mele — Metodă științifică modernă de hipnotism — concepția mea a evoluat mereu prin experiențele pe care le-am făcut.

În scopul de a nu influența prin cele publicate și pe alții, mă abțin să dau citate. Dar pentru a veni, totuși, în sprijinul cititorului și pentru a-mi susține afirmațiile, fără să-i oblig pe cei ce doresc să se adape și la alte izvoare la cel oficial mai ales — țin să-i numesc pe principalii elasiici ai problemei. Iata-i în ordine alfabetică. Voi preceda cu litera „a“ cărțile referitoare la telepatie, telestezie, televiziune, teleaudiții spontane ; cu litera b pe acelea care tratează problema transducerii concrete a imaginilor ; cu c documentele publicate cu privire la sugestia mentală impusă unor subiecți treji sau hipnotizați ; cu d contribuțiile la studiul hipnozei provocate dintr-o dată printr-o stare de concentrare și în sfârșit cu e operele de aplicare practică.

c) Atkinson — Fortă — Gîndire. Acțiunea și rolul ei în viață. Paris 1904.

e) Besant (Annie) — Puterea gîndului, stăpînirea lui, cultivarea lui. Paris 1905.

d) Boirac — Psihologie necunoscută. Paris 1913.

d) Boirac — Viitorul științelor psihice. Paris 1914.

c) Bourru și Burot — Sugestia mentală și variațiile personalității. Rochefort 1895.

c) Aurville (Hector) — Telepatie. Telepsihică. Paris 1915.

a, b) Flammarion (Camille) — Moartea și misterul ei. Paris 1920.

c, e) Guaita (Stanislas de) — Cheia magiei negre. Paris 1897.

a) Gurney, Myers și Podmore — Halucinații telepatice. Paris 1891.

c) Ingalese (Richard) — Istoria și puterea spiritului. Paris 1913.

c) Joire (Dr.) — Fenomenele psihice supernormale. Paris 1912.

c) Leadbeater — Gîndul, puterea lui, folosirea lui. Paris 1910.

d) Marillier — Acțiunile mentale la distanță. Revue Philosophique aprilie 1897.

a) Maxwell — Fenomenele psihice. Paris 1914.

e) Mulford — Puterile voastre. Paris 1895.

b, c) Ochorourez — Despre sugestia mentală. Paris 1889.

a, b, c) Perronet (Dr.) — Forța psihică și sugestia mentală. Lows-Le-Saunier 1886.

b, c) Richet (Ch.) — Sugestia mentală și calculul probabilităților. Revue philosophique, decembrie 1884.

d) Richet (Ch) — Somnambulismul la distanță fără știerea subiectului. Revue philosophique, aprilie 1883.

c) Richet (Ch) — Tratat de Metapsihică. Paris 1896.

c) Rochas (A. de) — Exteriorizarea motricității. Paris 1896.

e) Segno — Legea mentalismului. Los Angeles 1916.

a, c) Sermyn (Dr. de) — Contribuții la studiul despre facultățile mentale tăgăduite. Paris și Geneva 1911.

e) Societatea cercetărilor psihice de la Chicago — Citirea și transmiterea gândurilor, Paris.

e) Turnbull — Magnetism personal. Paris 1904.

c) Wareollier — Telepatia. 1921, Paris.

Se va consulta, de asemenea, cu folos, colecția Analelor științelor psihice.

II. Ce trebuie să știm înainte de a începe experiențele.

Analogiile T.S.F. cu telepsihia — Acordul radiofonie și acordul mental. Sintonismul și receptivitatea spontană. Superioritatea tonului de mișcare și impunerea gândurilor. Necesitatea unei stări speciale, a unei emisiuni prelungite și mereu nouă. Impregnarea gradual modificatoare. Legile acțiunilor mentale la distanță. De claritatea imaginilor sugerate depinde conformitatea și efectele intenției. Vigoarea propulsivă a acestora este proporțională cu aviditatea care se încearcă față de așteptări și intenții. Intenția eficientă prin ea însăși. Psihologia unei experiențe clasice. Determinarea periodică a stării eficiente. Necesitatea unei elaborări și a unei condensări sistematice a energiei psihice.

Ipoteze provizorii admise pentru a explica telefonica fără fir pâruseră aberante cu un secol în urmă. Când în

zilele noastre, cu un dispozitiv fixat într-un anumit cadru, ascultăm într-o cameră închisă un concert a cărui emisiune traversează spațiul și materia densă, admitem fără nici o împotrivire că undele radiofonice se transmit prin ondulație, printr-un agent destul de subtil care interpenetrează toate corpurile.

Fie că-l numim eter sau altfel, el există și este vorba de un mijloc susceptibil de a pătrunde în toate lucrurile la infinit și de a conduce undele radioelectrice.

În același fel probabil — dacă nu chiar identic vor fi explicate într-o zi fenomenele telepsihiice, fapt care se va corobora, de altfel, cu o teorie profesată încă din antichitate de discipolii științelor oculte. Totul se petrece, într-adevăr, ca și cum, scăldate și impregnate de un ocean invizibil fluidic fără margini, sufletele noastre s-ar găsi într-o permanentă comunicare.

Un copil care are popularul dispozitiv cu galenă învață imediat să regleze butoanele, făcându-l sensibil la orice lungime de unde. El îl acordează, astfel, la tonul vibrațiilor transmise prin postul emițător pe care vrea să-l asculte și, odată acordul stabilit, receptorul reproduce toate comunicațiile emise sintonic cu acest acord. Ceva asemănător se petrece între doi indivizi pe care intimitatea lor, asemănările, dragostea lor mutuală i-au acordat mental. Gîndurile unuia impresionează creierul celuilalt comunicîndu-i tonul lui de mișcare care va trezi în el aceleași gînduri. Acest fenomen se înfăptuiește uneori cu o asemenea instantaneitate, cu o asemenea vigoare, și precizie, încît gîndul unuia se reflectă integral în spiritul celuilalt chiar în clipa emiterii lui. Citind miile de observații, culese în ultimii cincizeci de ani, constatăm cu precizie faptul că cele mai remarcabile comunicări telepsihiice au loc între persoane foarte apropiate.

Să presupunem acum că vrem să acționăm nu asupra unui individ irotonic, ci indiferent și heteroton. În lipsa acestei receptivități spontane care, singură, permite comunicarea propriu-zisă a gîndului, va fi de ajuns să realizezi prin sine însuși un ton de mișcare psihiică superioară ca forță aceluia al subiectului. Acest ton de mișcare va antrena puțin cîte puțin propriul ton. El se va impune în

fața lui. Emisiunea va trebui deci să se efectueze cu o energie deosebită și cu o lungă insistență. O singură ședință este rareori de ajuns ca să-ți impui dispozițiile. Va trebui așadar, aproape în toate cazurile să se repete zilnic acțiunea pe o perioadă mai mare sau mai mică. La urma urmelor este de la sine înțeles că dacă ne adresăm unui teren psihologic puțin compatibil cu obiectul sugestiilor, acestea nu-l vor modifica decât gradual cu prețul unor mari și repetate eforturi.

După cîte se pare în India există adepți ai acestei doctrine care se cheamă yoga, al căror ascendent asupra uneia sau mai multor persoane se stabilește în cîteva minute. Acești experimentatori reușesc, fără să lase a se vedea în aparență efortul pe care-l fac, să halucineze o mulțime de oameni. Lumea are impresia că asistă la o scenă înfricoșătoare și în realitate nu se petrece nimic. Același miraj induce în eroare pe fiecare spectator. Latitudinile orientale ar favoriza oare acest gen de fenomene? Cei ce practică yoga se bucură de facultăți dezvoltate, din generație în generație printr-un exercitiu neîntrerupt? Repetind într-una aceleași experiențe ating oare la o virtuozitate deosebită? Nu știu, dar în Occident, analize psihismului n-au înregistrat pînă acum repercusiuni telepsihice atît de instantanee.

Iată ce se întîmplă probabil cînd se acționează :

— un prim val ondulator ajunge la subiect și reacționează în mod neașteptat și insensibil și fără ca el să-și dea seama asupra elementelor moralului său cărora operatorul încearcă să le substituie alte elemente. Slabei înprejurări obținută prin acest val se adaugă efectele successive a douăzeci, treizeci, o sută de noi emisiuni. Combinîndu-se cu gîndurile subiectului, elementul sugerat care ajunge în felul acesta la el îl modifică mai întîi în mod nesemnificativ, apoi stîrnește în adîncurile inconștiente ale psihismului său inferior, diverse considerații pînă atunci străine activității acestuia din urmă. Aceste considerații mereu dezvoltate sub impulsul periodic al iradierilor operatorului, evoluează puțin cîte puțin și prezintă cu fiecare zi care trece o conformitate mai precisă cu obiectul final al sugestiilor.

Rezumind, influența exterioară după ce a atins ușor, a afectat și apoi impregnat din ce în ce mai apreciabil spiritul, sfârșește prin a predomină.

Să definim acum condițiile de eficientizare ale acțiunii telepsihiice.

Legile telepsihiiei

Legea nr. 1 — Este bine ca prin imagini și nu prin vorbe să exprimăm ce vrem să sugerăm. Trebuie deci să ne imaginăm ceea ce am vrea să aibă loc.

Legea nr. 2 — Conformitatea efectului cu intenția se operează direct în funcție de precizia imaginilor iradiate.

Legea nr. 3 — Vigoarea propulsivă a unei emisiuni telepsihiice este proporțională cu dorința de a realiza ceea ce căutăm sau în general, cu dorința pe care o avem de a afecta subiectul.

Legea nr. 4 — O singură emisiune pe zi de o durată X este mai eficace decât două emisiuni de o durată respectiv $x/2$.

Legea nr. 5 — Fiecare emisiune corectă modifică, mai mult sau mai puțin sensibil, dispozițiile morale ale subiectului în funcție de intențiile operatorului.

Legea nr. 6 — Modificarea subiectului se face simțită pe măsură ce emisiunile se înmulțesc.

O comparație foarte simplă ne va ajuta să înțelegem mai bine principiile esențiale ; al doilea și al treilea.

Să ne imaginăm o lanternă magică pusă în fața unui ecran. O aprindem și strecurăm în spatele obiectivului o placă de proiecție. Ea se va înscrie aici, vizibilă în cele mai mici detalii cu două condiții :

a) — marginile ei să fie exacte ;

b) — lumina să fie destul de puternică.

Cu o placă imperfectă, nici de la cea mai puternică lanternă nu vom obține o proiecție clară. Astfel spus, perfecțiunea clișeului ar apare cu greu sub razele unei lumini clare și tremurătoare.

În telepsihiie, elanul interior este lumina proiectată ; imaginea mentală este placa generatoare. Este bine așadar să acordăm cea mai mare atenție constituirii imaginilor

pe care vrem să le-comunicăm și mai ales acelor a căror predominanță sugestivă am vrea s-o impunem printre gândurile obișnuite ale cuiva. Dacă nu vizualizăm cu multă precizie fazele succesive ale unei modificări morale și nu vom obține decît niște dispoziții mai mult sau mai puțin divergente ale celor care ar satisface pe deplin, și, dacă ar fi vorba de sugestia unui act, impulsul intențional nu ar fi fidel urmat.

Dar nici reprezentările mentale cele mai minucioase definite, nu antrenează prin ele însele decît niște efecte schițate. Pentru a le propulsa în mod energic, avem nevoie de irezistibilul elan al unei imperioase voințe, al unei emoții puternice sau al unei dorințe puternice. Dorința pură și simplă are aceeași influență, dacă este clară și precisă ca și concentrarea gândurilor într-un mod pur cerebral, așa cum este descrisă în anumite manuale.

Și am observat ceea ce precede pentru prima dată, cu cincisprezece ani în urmă, ăpropos de experiența binecunoscută, care constă în a obliga pe cineva să întoarcă capul dacă-l privești cu insistență în ceafă.

Cu mulți ani în urmă mi s-a întîmplat ca tuturor celor care au încercat această experiență — să-mi fixez privirea și atenția timp de zece sau cincisprezece minute asupra cuiva fără nici un rezultat.

Într-o seară însă, în timp ce privirile mele rălăceau distante, au fost atrase în timpul unui spectacol, de ceafa și umerii unei spectatoare a cărei față mi-a inspirat pe loc cea mai vie curiozitate.

În timp ce-i cîntăream trăsăturile, imaginîndu-mi și dorind să văd chipul suav, care le împărțea cu dărnicie, obiectul contemplării mele a manifestat o evidentă agitație. Regiunea vizată a început să tremure ușor. O mină încerca să înlăture contactul iritant. În sfîrșit, capul s-a întors brusc... Și sînt convins că și străina intuise cauza tulburării sale după felul în care m-a privit. În aparență neînsemnat, acest fapt conținea toată substanța învățării enunțate mai sus. Vigoarea propulsivă a emisiunilor telepsiuhice este proporțională cu dorința pe care o încerci ca urmare a efectului lor. Principala lor condiție de eficiență nu este altceva decît aspirația imperioasă la rezul-

tatul căutat. Astfel excitarea centrului emoțional se comunică centrului cerebral care vibrează activ și iradiază la rîndul său alte vibrații cu forță.

Dificultatea constă în a determina periodic, la momentul oportun această stare vehementă, a o menține atît cît este necesar, apoi a o anula pînă la ședința următoare căci persistența ei ar epuiza rapid. Adepții acestui ermetism depășit care se numește goetic au înțeles acest lucru, cu secole înainte, pentru că formulele lor cele mai învechite abundă cu rețete de doctorii din miere și filtre pe bază de excitanți psihici — efective dar și periculoase. Eliphas Lévy ne spune în ritualul Marii Magii că pentru a înfăptui minuni trebuie să depășești condițiile obișnuite ale omului, să fii abstract prin înțelepciune sau exaltat pînă la nebunie. Insuficient de evoluat pentru a atinge imediat serenitatea abstractă, dar și grijulii de a evita toxicele care dezechilibrează, ne vedem obligați să ne folosim de mijloace compatibile cu posibilitățile noastre. Aceste mijloace constau în a observa condițiile unei abundente elaborări de energie psihică și în a reține în sine, în a acumula sau a condensa această energie pe măsura elaborării ei, încontinându-și cît se poate debitul. Se creează astfel o puternică tensiune de exteriorizare care duce la paroxism, intensitatea voinței, dorinței, sentimentelor, aspirațiilor, poftelor și lăcomiilor¹.

Fie că este vorba de a transmite un mesaj mental unui colaborator capabil de o voluntară pasivitate receptivă, de a sugesiona prin gânduri un subiect în stare de veghe sau în a doua stare, de a provoca somnambulismul artificial la distanță sau de a influența dispozițiile morale ale unei a treia persoane, imaginația metodică și precisă a rezultatului și dorința de a-l obține constituie cei mai importanți factori de succes.

¹ Acest din urmă cuvînt este acceptat în general în sens pejorativ. Eu îl folosesc aici cu un sens mult mai larg. Există lăcomii legitime, care merită să fie resimțite și să se manifeste cu o vigoare mentală concentrată, dacă ținem să ne atingem scopul. Trebuie să merite osteneala, meritul, valoarea intrinsecă fiind dublată de o poftă echitabilă dar hotărîtă dacă vrem să obținem ceea ce vrem.

În scopul de a dispune de rezerva energetică indispensabilă obiectivizării lesnicioase a imaginilor și vigorii propulsive a emiterii lor trebuie să observăm că în viața de toate zilele există anumite reguli pe care le voi defini. Ele cer un efort atent de autostăpânire. A reuși acest efort înseamnă de a cuceri prerogativa, de a face să se miște în voie acel agent subtil pe care-l au toate ființele necuvântătoare : gândul. Să ne dirijăm gândurile și să le stăpânim efectele, în loc să le suportăm și pe unele și pe celelalte. După ce s-a gândit bine la ceea ce acest lucru implică, nimeni nu va ezita.

III. Instrucțiuni practice generale pentru a influența pe cineva fără ca el să-și dea seama

Considerații preliminare. Ce trebuie să aflăm mai întâi — construirea imaginilor mentale — Elaborarea și condensarea energiei psihice — Disponibilizarea — Raport — Emisiuni — Recuperări și destindere.

Considerații preliminare

Circumspecția, continuitatea în idei și precizia gândurilor par să fie puțin frecvente la caracterele vibrante, impetuoase, voluntare.

Invers, spiritele circumspecte, cu judecată, precise au rareori o fire înflăcărată. În privința rarilor indivizi care întrunesc vigoarea persistentă a voinței și definiția minuțioasă a ceea ce vor, aceștia nu au nevoie de o practică specială pentru a-și transmite gândurile la distanță. O fac în mod inconștient, datorită predispozițiilor înnăscute, aflându-se spontan în condițiile cerute pentru acest lucru. Cea mai mare parte a oamenilor nu pot decât momentan să realizeze printr-un efort metodic condițiile indispensabile comunicării și, mai ales, impunerii gândurilor. Esențialmente, acest efort vizează, pe de o parte, construirea conștientă a imaginilor exact expresive, a ceea ce s-ar

vrea sugerat, iar pe de altă parte, vizează disponibilizarea unui potențial de energie psihică suficient pentru a provoca emiteri eficace.

Primele măsuri ce trebuie luate

Cînd sîntem hotărîți să ne folosim de acțiunea la distanță, trebuie să ne facem un plan de muncă amănunțit și să adunăm la un loc toate indicațiile susceptibile de a ne fi de folos.

În ceea ce privește tentativele de comunicări puse la cale, de sugestia mentală pe subiecte de experiență sau de obținerea hipnozei prin concentrarea spiritului, ne vom referi la ele în capitolele IV, V și VI, în care sînt expuse toate hotărîrile ce trebuie luate pentru fiecare încercare.

Cînd este vorba să influențăm pe cineva, fără știrea lui, pregătirile, trebuie să fie considerate ca bază a succesului și îndeplinite cu cea mai mare grijă. Iată în ce constau :

1. Să știm exact timpul de care putem dispune în fiecare zi, ca să ne ocupăm de ceea ce ne-am propus. Mai puțin de o oră ar fi insuficient. Două ore este timpul cel mai potrivit. Să alegem de preferință orele dinaintea culcării.

Acest prim punct lămurit, să începem în ordinea pe care o vom enunța, lămurirea celorlalte ;

2. Să analizăm cu atenție psihologia individualității asupra căreia vom acționa. Vom observa imediat că la fiecare emiterie trebuie să ne reprezentăm mental imaginea subiectului cu scopul de a stabili o legătură cu el. Prin imagine, a se înțelege nu numai contururile exterioare, expresia feței, atitudine, gest, dar și noțiunea vie a personalității morale.

Dacă am trăit mai mult sau mai puțin în preajma ei, vom face apel, pentru a-i inventaria caracteristicile, la observațiile pe care ni le-a furnizat. Vom putea supune scrisul analizei unui grafolog, dar acest lucru ar fi mult mai greu decît a ni-l imagina altfel decît este, mai ales dacă ceea ce am vrea să obținem de la el ar necesita o modificare considerabilă a dispozițiilor sale.

3. Să definim foarte precis scopul acțiunii pe care o întreprindem, cu toate subsecvențele ei. Să ne dăm seama de dispozițiile morale în care ar trebui să se afle subiectul pentru ca el să gândească și să acționeze după cum dorim. Cît este de departe de acestea ? Care-i sînt impresiile, emoțiile, gîndurile pe care, dacă le-ar trăi l-ar influența în sensul pe care-l vrem.

4. După ce am apreciat distanța dintre dispozițiile actuale ale subiectului și cele în care ar trebui să fie pentru a gîndi și a acționa după cum vrem, să avem în vedere evoluția graduală de la unele la celelalte.

5. Să materializăm în imagini cinci sau zece etape ale acestei evoluții. Exemplu : de la animozitate la simpatie.

a) atenuarea ușoară a animozității ; b) atenuarea aproape totală ; c) indiferență ; d) veleități de simpatie ; e) simpatie.

6. Să ne concentrăm atenția asupra primei etape. Să încercăm a ne figura subiectul așa cum ar fi dacă ar fi parcurs-o. Să căutăm toate considerațiile susceptibile, odată ce i-au fost transmise, telepsihiice, de a transforma dispozițiile sale prezente conform acelor care caracterizează sfîrșitul primei etape.

7. Să procedăm la fel și în celelalte etape.

8. Să afectăm, pe baza planului de lucru, una, două, zece, ședințe emiterii sugestiilor necesare înfăptuirii primei etape ; una, două, zece ședințe celei de a doua etc... Această evaluare oricît de provizorie ar fi de altfel, necesită o anumită practică și puțină perspicacitate. Principala scop este de a construi o reprezentare complexă a realizării pe care vom încerca s-o obținem. Această muncă cere reflecție. Departe de a provoca o întîrziere, timpul consumat cu meditația calmă și reculeasă a unui plan, constituie ca început de acțiune o primă și formală notificare mentală, o orientare a tuturor aptitudinilor pe care le posedăm spre o intenție deliberată și clar formulată. De aceea este preferabil să efectuăm fără ajutor această pregătire. Un sfat clar poate ajuta în mod considerabil pe debutant să-și ordoneze eforturile, dar el nu va reuși să-l scutească, fără inconveniente, de inaugurala concentrare a mijloacelor sale psihiice.

Sintem sigur în raport telepatic continuu cu toți cei pe care-i cunoaștem, dar acest raport se afirmă față de fiecare din momentul în care ne gândim mult, atent la el. Pregătirea care precedă acest moment este importantă din acest punct de vedere. În timp ce ne străduim să obținem acest lucru, receptivitatea mutuală a operatorului și subiectului începe să se precizeze. Așa se explică faptul că primul percepe aproape întotdeauna, în timpul lucrului, vibrațiile provenind din activitatea mentală al celui de-al doilea, a cărui intimitate psihică îi devine atunci sensibilă. Astfel o mamă poate să perceapă de la distanță emoțiile, frământările, suferințele copilului spre care-și îndreaptă gândurile.

Construirea imaginilor

Patru feluri de imagini sînt, în principal, necesare pentru orice acțiune telepsihică : a subiectului ; a îndeplinirii dorinței, a efectelor succesive pe care acțiunea trebuie să le declanșeze și în cele din urmă acelea ale subiectului care trăiește impresiile, emoțiile, ideile expresive ale acestor efecte. După efortul preliminar definit în paragraful precedent, se va consacra deci un anumit număr de ședințe construirii imaginilor la fel de precise și cît mai vii posibile.

Pentru a înțelege mai bine în ce constă o imagine satisfăcătoare este de ajuns să ne amintim de familiarele noastre incursiuni în domeniul halucinant al visului.

Cînd în vis vedeți un prieten, această imaginară întîlnire prezintă astfel un crîmpei de realitate încît vă produce aceeași impresie ca o întrevvedere materială. Or, imaginile necesare în practică telepsihică trebuie, deși voluntar formate, să posede același crîmpei de realitate și de persistență ca acelea ale viselor. Cînd vreți să impuneți voința cuiva, trebuie, mai întîi să vi-l imaginați, îndeplinindu-vă dorința. Prima imagine se folosește încă de la începutul fiecărei emiteri și pînă la sfîrșit ; cea de-a doua se suprapune peste prima, după evocarea succesivă a tuturor imaginilor intermediare, descrise în paragraful precedent.

Această cinematografie cerebrală nu se improvizează întotdeauna cu ușurință chiar în clipa emiterii. În plus, avem tendința de a o lăsa să devieze în multiple incidente. De unde necesitatea de a exercita cu grijă din timp compunerea unei întregi serii de imagini expresive ale subiectului, ale modificărilor sale progresive, ale ideilor sau impresiilor pe care le credem de natură a o afecta, pînă la urmă a fazei finale, a realizării dorinței noastre.

La început, construirea imaginii este laborioasă. Formele evocate prind greu contur, sînt lipsite de ansamblu, de coeziune, de precizie și dispar imediat ce-au fost schitate. Dar dacă persistăm atent și repetăm de mai multe ori încercările, progresul nu va întîrzia să apară și ușurința cu care o vom construi va fi mai mare de la o zi la alta. Ne putem de altfel exersa, cu titlu de antrenament :

1. Să încercăm a ne reprezenta, cu cea mai precisă conformitate față de modelul lor, obiecte mai întîi foarte simple, apoi altele mai complexe.

2. Să prelungim durata fiecărei reprezentări.

Elaborarea și condensarea energiei psihice

Singele constituie, ca să spunem așa, materia primă din care un mecanism încă obscur elaborează dinamismul nervos, motor al tuturor funcțiilor, mai ales al celei cerebrale. Cînd un singe bogat și pur irigă creierul ne gîndim activ și puternic. Asta înseamnă că recunoaștem importanța din punctul de vedere care ne preocupă, al alimentării, respirației și circulației. Dietetica rațională, igiena respiratorie și vasculară se impune tuturor experimentărilor. Considerînd organismul ca generator al forței care iradiază în timpul emiterilor mentale, echilibrul fiziologic apare ca o condiție primordială a unei elaborări energetice suficiente.

Una înseamnă să elaborezi, alta să condensezi, să acumulezi — pentru a dispune în momente potrivite — dinamismul nervos. Să nu uităm, mai întîi, că reîncărcarea acumulatoarelor noștri interni (plenul) se efectuează în timpul somnului de noapte. Cînd somnul este normal, trezirea este însoțită de o senzație de perfectă stare și de

o nevoie de activitate, căci acumulatorii fiziologici reîncărcându-se puternic tind să exteriorizeze energia pe care o conțin și această tensiune împinge individul la a se consuma — în mod util sau dezordonat. Deci, a dormi bine înainte de toate, dar și a evita în caz de nesomn o risipă inutilă, nu numai a evita agitația, surmenajul, dar mai ales a încerca reducerea la minimum a energiei nervoase cerută de viață. Pentru aceasta este bine să ne supraveghem fără încetare, să acționăm mai conștient, reprimând orice spontaneitate, orice expresivitate. Gânduri, cuvinte, gesturi, ocupații zilnice, totul trebuie să se supună criteriului constant al unei strînse supravegheri, care va îndepărta lucrurile inutile și dezordinea de orice fel.

Orice impuls către o manifestare exterioară, orice chemare interioară către o satisfacție senzorială, emotivă sau cerebrală este dovada unui puseu al dinamismului nervos care caută să se exteriorizeze. A ceda impulsului sau a-și satisface dorința, înseamnă a risipi, fără folos acea energie pe care dimpotrivă, trebuie s-o înmagazinăm. De fiecare dată cînd din zăpăceală sau indiferență cedăm, rezervele nervoase se micșorează. De fiecare dată cînd se înăbușă spontaneitatea, se reține în sine o unitate de energie care se adaugă deja la rezerva existentă. Respectarea acestei elementare noțiuni de educare psihică are o importanță fundamentală pentru cei care vor să practice cu succes acțiunea de la distanță. Acesta este, de altfel, prin excelență remediul pentru orice atonie fizică sau morală.

Disponibilizarea

Toată lumea cunoaște efectul stimulant al ceaiului, cafelei și alcoolului consumat cu măsură. Aceste substanțe sînt comparabile cu niște cecuri pe care le obții vînzîndu-ți propria energie nervoasă; ele sustrag din plex o parte a puterii care se află aici înmagazinată. Dinamismul astfel eliberat va reface imediat sursa de energie. În afară de aceasta el sporește pe moment activitatea cerebrală.

Dacă întrebuițarea de obicei a excitanților se opune condensării, folosirea lor excepțională, imediat înaintea unei emiteri este indicată căci în acel moment, este vorba

nu numai de a acumula energie ci de a dispune de potențialul păstrat în rezervă, de a-l face să treacă din starea statică în cea dinamică, de a-l lăsa să năvălească în creier, care-și va reține pentru hrană lui atât cât îi trebuie ca să vibreze intens. Este momentul în care se vor declanșa cele mai puternice pusee centrifuge în care se va emite cu forță.

După ce a fost consumat excitantul ales, trebuie să se înceapă în a orienta gândurile spre obiectul emiterii, reamemorându-ne toate motivele interesului purtat, rezultatului acțiunii întreprinsă la distanță, evocînd toate imaginile expresive ale acestor motive.

Altfel spus, cînd se ajunge la o anumită dispoziție, simțim că nu trebuie să lăsăm a ne scăpa două ocazii principale.

a. Cînd ideea, imaginea uneia dintre satsifacțiile trăite, dacă dorința pe care o avem se va îndeplini, ne vine în gînd.

b. Cînd imaginația evocă una dintre consecințele neplăcute ale nerealizării dorinței.

În primul caz, simțim puternic în ce măsură deținem ceea ce dorim. În al doilea, ne temem, sîntem iritați, sîntem plini de revoltă.

Aceste mișcări interioare, de obicei spontane, trebuie să le suscităm voluntar, amintindu-ne de începutul fiecărei ședințe, cu scopul de a face ca tensiunea volitivă să atingă cota maximă. Dacă ne e teamă că în acel moment memoria noastră este rebelă sau incompletă, atunci este bine, ca în orele — care-l preced, să notăm în fiecare clipă cînd apar imaginile A și B.

În felul acesta vom fi în stare să le reconstituim pe loc din emitere cu ajutorul notelor luate. Fiecare reducere a impresiei astfel obținută va contribui la exaltarea spiritului, la declanșarea din cele mai adînci ascunzișuri ale conștiinței ale unor puternice impulsuri volitive și dominante.

În cursul încercărilor preliminare, ar trebui deci, să căutăm și să notăm toate considerațiile susceptibile de a forma imaginile de tipul A și B. Această căutare necesită

o serie de meditații speciale pe care le orientăm retrăsându-ne expunerea cazului, apoi evaluând succursiv toate trunchiurile pe care le pot lua evenimentele.

Raportul

Diversele practici care le precedă contribuie la stabilirea între subiect și operator a unui raport psihic decisebit. După mine acest raport devine integral îndată ce experimentatorul și-a format imaginea mentală a subiectului. În fiecare ședință, îndată ce se realizează disponibilizarea, urmează precizarea acestei imagini, evocarea tuturor impresiilor distribuite prin prezența reală a subiectului, reprezentându-le într-un mod viu și eficace. Starea de încordare cerebrală în care ne-am aflat în prealabil, facilitează formarea imaginilor și le dă o formă, culoare, însuflețirea pe care le-au trăit pentru ca să ne facem o idee despre ele. Întinericul și liniștea favorizează această muncă. Unii au recomandat alegerea acestor momente în timp ce subiectul doarme. Fără să fiu convins de importanța acestui moment, sînt de părere că nimic nu trebuie neglijat și că somnul poate spori receptivitatea. Acțiunea mentală mi se pare totuși a afecta subconștientul receptiv în stare de veghe ca și în somn. Dacă ipoteza mea este exactă, putem la fel de bine să sugestionăm mental pe cineva în orice moment. Lucrul pe care l-am practicat și de care sînt sigur este că, indiferent de oră, din clipa în care imaginea precisă a unei ființe apare pe ecranul imaginației, tot ceea ce veți gândi atîta timp cît persistă va fi în mod apreciabil influențat de ea. Folosesc verbul a compara cu intenție, căci formînd imaginea abductoare, se convocă realmente un substrat invizibil al subiectului, care tocmai s-a expus în cîmpul de acțiune al evocatorului.

Citim în cărțile vechi, că pentru a influența gîndurile cuiva este de ajuns să-i fixăm fotografia sugestionîndu-l. Așa ceva se mai practică uneori. O fotografie nu creează totuși nici o legătură; cel mult ea poate să ne ajute memoria în cursul formării imaginilor. Numai negativul păstrat într-o cutie închisă ar putea constitui o bază secun-

dară de conexiuni din cauza impregnării magnetice a stratului protector. De asemenea, toate obiectele saturate ale influxului nervos al unui individ, sînt tot atîtea focare de iradiere, fluidic legate la sursa lor primitivă. De unde statueta vrăjitorilor și alte mii de rețete, mult mai priecute decît par, ale căror mașii sînt pline de neprevăzut. În mod practic eu dau sfatul să se profite de orice :

De diversele obiecte aparținînd subiectului (scrisori mai ales), adunate și împărțite în două pachete, unul de dimensiuni reduse, care se va păstra asupra sa, celălalt fiind luat în mină doar în momentul emiterii.

Este greu de apreciat măsura în care acest procedeu este eficace, dar dată fiind simplitatea lui este bine să-l folosim.

Emiterea (Transmiterea ? !)

Cele două faze precedente — disponibilizarea și raportul — se înlanțuie și concurează la nașterea unei stări de vehemență volitivă, o intensă iradiere. Imaginea primitivă (aceea a raportului), trebuie să fie în acest moment diversificată după dorință. Ne reprezentăm subiectul înfăptuind ceea ce încercăm să-i sugerăm, trăind impresiile și admițînd ideile susceptibile de a-l închina spre punerea lor în aplicare. Niciodată nu vom apela la constringere ci la acceptarea deliberată. Trebuie să recurgem la reprezentarea subiectului, lăsîndu-i toată libertatea să facă ceea ce vrea. Imaginați-vă cum ce s-ar întîmpla, dacă el ar resimți un irezistibil impuls personal de a vă fi pe plac și impuneți-vă voința pentru ca acest lucru să se petreacă. Așa cum am încercat să le explic pe înțelesul tuturor în capitolele precedente, imaginile astfel create precizează intențiile operatorului, dar și transferul lor și, o dată transferate, puterea lor de elaborare depinde de un viguros elan interior, care ar putea fi exprimat prin „Vreau să fie așa“.

Să nu uităm că planul fiecărei ședințe trebuie să fie pus la punct din timp, cu scopul de a se evita împrăștierea și eventualele incidente. Să nu uităm de asemenea că rămîne destul loc, în cazurile subiective, pentru a aplica

modificările gradate și un rezultat neașteptat. La începutul fiecărei emisiuni, după evocarea imaginii-raport, putem să ne fixăm timp de câteva minute atenția asupra reprezentării soluției finale gîndind ; „Iată ceea ce vreau ! Iată ce se va întîmpla ! Iată ceea ce sînt pe cale să impun !” dar trebuie să revin cu promptitudine la prezent, să imaginez dispozițiile actuale ale subiectului și să le sugerez ușoare divergențe pe care le voi contura apoi din ce în ce mai mult.

Orice practician al hipnotismului senzorial și verbal, obișnuit să promoveze somnambulismul și să minuiască sugestia, va trage foloase din cunoștințele sale acționînd, prin reprezentarea procedeeleor hipnotizării, asupra imaginii-raport. Imaginîndu-și a fi în prezența subiectului, îl va vedea stînd în fața lui, sub influența impresiilor care duc la hipnoză. Ajuns la imaginea acestei stări se dau sugestii literale ca în realitate, împrumutînd subiectului atitudinea pe care ar avea-o dacă le-ar înregistra pasiv. Cei cărora procedeele hipnotice nu le sînt familiare, se vor limita la evocarea imaginii subiectului, așezat și atent, apoi la adresarea mentală a tuturor cuvintelor susceptibile de a-l emoționa, de a-l convinge, fără a omite de a-l vedea înțelegînd și acceptînd.

Durata și frecvența emisiunilor

În principiu avem avantaj în a prelungi fiecare emisiune pînă în momentul în care prin epuizarea disponibilităților energetice, exaltarea scade și dispăre.

Durata unei ședințe ar trebui să se măsoare invers în funcție de puterea de emisiune la care este capabilă. Cînd ne propunem să învingem o dificultate considerabilă, maximum compatibil cu un psihism mijlociu este o ședință zilnică de două ore.

Recuperare – Destindere cerebrală

Îndată emisiunea terminată, două prescripții se impun experimentatorului. Mai întîi a înceta complet de a se mai gîndi la subiect și la, preocupările legate de el.

Această aplicare a schimbării voluntare de orientare psihică de care am vorbit în Puterea voinței, este indispensabilă pentru evitarea obsesiei. Apoi căutarea unei desținderi perfecte a nervilor și creierului printr-o recreere sănătoasă. Cel mai bun lucru ar fi să doarmă mult și adânc. De aceea recomand a se alege cele două ore dinaintea de culcare.

Cum activitatea cerebrală desfășurată în timpul fiecărei ședințe provoacă o ardere imensă, este recomandabil pentru refacerea celulei, înainte de culcare să se consume în doze mici repetate, un ceai diuretic.

PARTEA A DOUA

Producerea unor fenomene pe subiecte de experiență

IV. Comunicări concertate

Condiții de experimentare ; A — Emițătorul ; B — Perceptorul — Raport — Imagini — Impulsuri musculare — Comunicări emotive. Transmiteri literale.

Condiții de experimentare

A. **Emițătorul** — Fenomenele psihice cu proces lent, cu impunerea gândurilor despre a cărei tehnică am vorbit în capitolul III, depind mai ales de calitatea emiterii. Dacă subiectul este ușor influențabil, operatorul le duce la capăt într-un număr mic de ședințe ; în caz contrar ele trebuie să fie de mai multe ori repetate, cu timpul însă un bun emițător, energic și subtil va ajunge să influențeze pe oricine.

În cercetarea fenomenelor instantanee succesul experiențelor depinde, în principal, de sensibilitatea subiectului (celui ce percepe). Pentru emițător este de ajuns un efort de atenție — analog cu acela pe care-l face de fiecare dată când încearcă să înțeleagă ceva mai dificil — și o metodă. Obișnuința de a-și fixa gândurile în imagini precise și susținute, dorința de a le comunica, ușurează sarcina emițătorului, dar virtuozitatea și ardoarea celui din urmă nu vor putea suplini insuficiența dispozițiilor receptive ale subiectului. Un perceptor sensibil și antrenat,

dimpotrivă sesizează, detectează, chiar și cele mai slabe emisiuni.

B. Percepătorul (Primitorul) — Oamenii activi, voluntari, realizatori sint mai buni emițători decît primitori. Între doi indivizi dornici de a experimenta, rolul de primitor ar trebui să-i revină celui contemplativ. Pe de altă parte se va ține, de asemenea, seama de simpatia, de analogia culturală, de echivalența acuității intelectuale, care favorizează comunicarea gîndurilor.

Ceea ce pregătește cel mai bine receptarea undelor telepsihice este practica exercițiului numit „izolare“ care este recomandat de cele mai multe din manualele de educare a voinței — căci ea este esențială în momentul cînd începi să-ți dirijezi gîndurile. Acest exercițiu constă în a rări, apoi în a suspenda activitatea intelectuală. Or, perceperea necesită aptitudini la o adîncă reculegere expectativă, aptitudine pe care exercițiul în chestiune o dezvoltă repede.

Legătura — Cei doi interesați vor cădea de acord asupra zilelor și orelor la care vor trebui să aibă loc încercările și le vor stabili în momente în care și unul și celălalt să se poată izola în tăcere, fără riscul de a fi întrerupți.

Obiectul fiecărei încercări a fi lăsat la voia emițătorului care va specifica totuși, felul imaginilor pe care va încerca să le transmită ; vizuale, auditive etc. La fiecare început de ședință, trebuie să rezerve un sfert de oră pentru stabilirea legăturii telepsihice. După durata ședinței, se vor încerca una, două trei transmițeri, la intervale de un sfert de oră.

În momentul stabilirii telecontactului, cei doi vor trebui să-și găsească o poziție confortabilă, în care bunăstarea organică să se cufunde cu cea spirituală. Vor așeza totuși o lumină slabă undeva în spate. Timp de aproape cinci minute să se realizeze o destindere musculară și o pasivitate nervoasă complete.

Apoi emițătorul va evoca în minte imaginea primitorului. La rîndul său, acesta din urmă se va reculege, încetînd să mai gîndească activ, suspendîndu-și orice spontaneitate imaginativă în scopul de a rămîne în expecta-

tiva psihică cea mai completă. Această stare a fost numită vid mental. Cu titlu de indicație complementară, cred că trebuie să mai spun aici, anumiți experimentatori au preconizat pentru stabilirea legăturii, folosirea unei formule asupra căreia s-au pus de acord amândoi și pe care au recitat-o în gând la o anumită oră sau asupra unei figuri pe care au contemplat-o citeva clipe. Rămâne de încercat. Personal, rămân adeptul evocării imaginii, care a dat întotdeauna excelente rezultate. De altfel, când emițătorul se simte foarte animat intelectual îi ajunge pur și simplu numai intenția pentru a contacta subiectul.

Imaginile de transmis — Culoarele și formele se comunică destul de ușor, apoi vin : sunetele, mirosurile, gustul, senzațiile tactile, impresiile musculare, stările emotive și formulele generale. Iată ceea ce trebuie urmărit pentru fiecare grupă.

A. Culoarele și formele

Progresia : o pită cu contururi neclare pe fond alb ; o figură simplă, trasată cu linie groasă neagră, pe fond clar (triunghi, hexagon, inimă, literă mare etc) ; o figură simplă colorată (inimă roșie, triunghi etc.), o figură colorată (carte de joc, cuvânt scris cu litere îngroșate colorate, obiect obișnuit).

Emițătorul — va contempla atent un model material pregătit dimineța, dintre cele pe care vrea să le transmită, apoi închizând ochii, își va construi imaginea lui în minte. Își va imagina apoi subiectul, așteptând să-i apară imaginea. Durata convenabilă ale celor trei operații este între trei și cinci minute.

Primitorul — va avea în fața ochilor, un ecran alb, ușor vopsit, uniform luminat de lumina slabă și-și va lăsa privirea să rătăcească în liniște, indiferentă pe acest ecran. Dacă îi apar unele impresii, le va nota pasiv, ținând cont dacă una sau cealaltă îi pare mai intensă. Din când în când va închide încet ochii și-i va deschide tot încet, după câteva secunde.

B. Sunetul

Progresia — Un sunet ritual și continuu (de exemplu soneria deșteptătorului); o serie de zgomote violente (explozii, lovituri de un arpeggiu; un contur melodic scurt și precis (de ex. leit-motivul sabiei un ordin brusc (sculați ! Atenție !)) o frază scurtă și expresivă.

Emitătorul — Audiția reală a ceea ce vrea să transmită l-ar ajuta în mod considerabil la început. Va vizualiza primitorul, imaginându-și că acesta din urmă este prezent și-l aude. În lipsa audiției reale, chiar și numai resursele auto-halucinatoire sînt de ajuns.

Primitorul — Pentru receptarea sunetelor este de preferat întinericul opac. Se impune, bineînțeles tăcerea. Primitorul așezat sau întins, va putea să se lase în voia unei ușoare somnolențe.

C. Mirosuri și gusturi

Se procedează la fel ca în cazul sunetului. Cu cit un miros sau un gust este mai puternic, cu atît el se transmite mai ușor. Emitătorul va fi întotdeauna ajutat de punerea în joc a simțurilor sale. Ca și mai înainte, imaginea subiectului și faptul de a-și imagina că percepe transmiterea sînt indispensabile.

D. Senzațiile tactile

Progresia — Întepătură de ac, contact înghețat, ușor curent de aer, aplicarea mîinilor, impresia de a fi tras înapoi de umeri.

Emitătorul — Se va folosi după bunul plac de următoarele două procedee.

Să se supună el însuși cauzei reale a senzației de transmis, imaginându-și că-l vede pe subiect simțind același lucru ca și el.

— Să-și imagineze subiectul prezent și acționînd asupra.

Primitorul : Tot pasiv, va avea grijă să îndepărteze din preajma lui orice sursă de impresie reală susceptibilă de a-l induce în eroare.

E. Impulsuri musculare

Progresia (Subiectul tot stînd la începutul şedinţei)

Mişcări simple : să se ridice, să ridice un braţ, să deplaseze un picior etc., ambulator ; să se ridice şi să înainteze, s-o ia la dreapta sau la stînga, să se întoarcă, într-un cuvînt să descrie o anume traiectorie ; **acte simple** : să apuce un obiect, să-l deplaseze, să-i dea drumul din mînă ; **acte complexe** : să fumeze, să scrie, să cînte la un instrument.

Emitător — numai simpla poruncă ar rămîne fără nici un efect în 90% din cazuri. În imagini este bine să formulăm sugestiile. Imaginaţi-vă subiectul ridicîndu-se şi descompunîndu-se în mişcările sugerate.

Astfel pentru a-i comunica impulsul de a merge, trebuie, prin gînd să-i animăm picioarele. Fiecare gest trebuie vizualizat, lent, în toată întinderea lui, de la patru la douăzeci ori.

Primitorul (Mediul) ; va trebui să se așeze la începutul şedinţei. Lumină slabă în spate, ca să nu se împiedice de lucruri.

F. Stări emotive

După cum am mai spus, emoţia constituie cheia acţiunilor la distanţă spontană, ea se comunică de la sine şi antrenează uneori fără voia noastră fenomenul de percepere integrală. În capitolul precedent am văzut de ce şi cum se declanşează în noi emoţiile cînd vrem să ne impunem gîndurile altcuiva. Aici, este vorba de a comunica stări pe care ni le imaginăm, dar nu le trăim neapărat. Practicieni antrenaţi în autosugestionare, care au învăţat să-şi impună lor înşişi imaginaţia, vor şti să tragă foloase din ceea ce au dobîndit şi să se plaseze, evocîndu-l în anumite stări de emoţie. Experimentatorul are la îndemînă două metode :

— să-şi imagineze că simte o emoţie oarecare şi că cel ce percepe este conştient de acest lucru ;

— să-şi imagineze că primitorul resimte această emoţie şi încearcă să se emoţioneze şi el reprezentîndu-şi-o.

Dar nu este cazul să o considerăm progresie. Orice stare afectivă, clar reprezentată poate să comunice la fel de bine ca oricare alta. Emițătorul va aprecia singur după propria-i psihologie și după aceea a primitorului (mediului) ce stări îi convin.

G. Transmiteri literale

A transmite o frază sau un ordin, literalmente, fără ajutorul unui elan emotiv, necesită o concentrare a atenției exemplare și pe de altă parte și un simț al percepției foarte ascuțit. Totuși regula are și excepții — cel puțin așa se pare. Am constatat la câțiva indivizi doar, o stranie ușurință de sugestie literală chiar asupra unor persoane neprevenite. Astfel, unul dintre elevii unei clase, fără nici un entuziasm îi sugerase în ajunul unei întrevederi unui prieten — și fără știrea acestuia, de a-i adresa o propoziție determinată, s-a auzit efectiv propunând ceea ce dorea și aceasta chiar în termenii în care i-o sugerase.

Procedeu cel mai rațional constă în a scrie formula pe care vrem s-o comunicăm, cu un scris ferm, clar, hotărât, pe o hîrtie curată, să expunem hîrtia la lumina lămpii și să repetăm termenii, urmărindu-i cu privirea, enunțându-i în minte, imaginându-ne cum au să sune, acordîndu-i apoi sub o anumită formă cu ideea persistentă că subiectul înțelege, acceptă. Trebuie să-l vedem pe cel din urmă dînd dovezi de aprobare, imaginîndu-se prezent și atent, înțelegînd cu ușurință.

Primitorul va folosi un ecran clar, ca cele folosite pentru primirea imaginilor. Dacă sensul frazei este emoționant, va fi un element de succes foarte apreciabil.

H. Sugestia mentală asupra unor subiecte de experiență în stare de veghe sau în prealabil hipnotizate

Antrenarea subiecților în stare de veghe. Cumberlansmul, tehnica sa, rolul său educativ, — sugestia mentală fără contact. În stare de hipnoză. Concepția adevărată despre stările secundare. Procedeu de hipnotizare. Cum favorizează sugestia *perceperea*. Indicații practice.

Cînd operezi la tine acasă pe subiecte pe care le ai în faţă şi cînd poţi relua încercările, de cîte ori este nevoie, este posibil să antrenezi aceste subiecte în a-şi dezvolta simţul de percepere, fie în stare de veghe printr-un procedeu pe care-l voi descrie, fie în stare de hipnoză, prin sugestii cerebrale repetate.

IN STARE DE VEGHE

Antrenarea pasivităţii mentale prin procedeele lui Cumberland

Acest procedeu se bazează pe inevitabilele manifestări musculare ale gîndirii. Apucaţi încheietura mîinii unei persoane care se gîndeşte intens la a vă face să executaţi o mişcare oarecare. Veţi percepe, dacă veţi fi puţin atenţi, un impuls pe care braţul său îl primeşte de la creier şi-l transmite mîinii dv.. Anumiţi experimenatori, virtuoşi ai acestei citiri musculare ajung să simuleze cu ajutorul ei citirea gîndurilor. Ei vă invită să le comandaţi ceva numai în mintea voastră, vă apucă încheietura mîinii şi interpretează cu abilitate trăsăturile ei pentru ca să executaţi fără să vă daţi seama actul solicitat (cerut). Pentru a reuşi așa ceva, trebuie să ne îndepărtăm atenţia de la impresiile exterioare, de la ideile înlănţuite care tind să se continue în spirit, de la orice calcule zămislite de imaginaţie, fără voia noastră, într-un cuvînt trebuie să ne plasăm într-o condiţie aideică, cu scopul de a realiza, ceea ce şcolile psihice orientale numesc *noaptea minţii*.

Cumberlandismul permite deci exersarea unui subiect, făcîndu-l pasiv, întrerupîndu-i activitatea intelectuală, ceea ce-i ascute considerabil capacitatea de percepere relativă a sugestiilor mentale fără contact.

Iată de ce mă folosesc de acest procedeu cunoscut sub numele inventatorului său şi-l recomand împreună cu tehnica lui.

1. Să se aleagă în localul în care se operează un loc unde să ne așezăm cu subiectul la fiecare încercare. Acesta va fi punctul de plecare al tuturor traiectoriilor ce-i vor fi sugerate ulterior.

2. Imaginați un act pe care vreți să-l înfăptuiți prin intermediul subiectului. La început va fi ceva foarte simplu, de exemplu ; a merge într-o cameră vecină, a lua un obiect și a-l pune pe un scaun.

3. Descompuneți acest act în atâtea mișcări parțiale de câte ori este nevoie pentru a-l îndeplini.

Exemplu : mersul spre ușă — întoarcerea spre ușă — ridicarea brațului, întinderea brațului spre clantă — apucarea ei — apăsarea ei — închiderea sau deschiderea ușii — intrarea în camera în care se află obiectul pe care trebuie să-l ia — înaintarea pînă la locul respectiv — oprirea — ridicarea brațului — apucarea obiectului — retragerea brațului — întoarcerea spre scaun — mersul spre scaun — depunerea obiectului.

4. Cereți subiectului să vă țină strîns de încheietura mîinii drepte cu mîna lui stîngă, cît poate de strîns ;

5. Concentrați-vă atenția asupra primei mișcări pe care ați sugerat-o (mersul). Imaginați-vă că vedeți subiectul înaintînd, mai întîi cu un picior, apoi cu celălalt. Insistați asupra acestei reprezentări pînă cînd începe să meargă. Continuați să împingeți cu gîndul, urmîndu-l. (El trebuie să vă conducă, să meargă înaintea dv., ceea ce în prezența profanilor creează precis iluzia citirii gîndurilor). După ce vă execută comanda dați-i încă una, tot sub forma unei imagini, însoțită de un ordin mental.

6. Dacă se înșeală, întrerupeți-i mișcarea greșită, comandîndu-i „oprește-te !” Cînd s-a oprit reluați sugestia de acolo de unde a fost întreruptă.

7. Continuînd seria sugestiilor parțiale veți asigura executarea integrală a actului dorit.

Cu timpul, obișnuindu-vă, ajungeți la obținerea înfăptuirii actelor celor mai complexe cu o rapiditate surprinzătoare. Aceasta ar putea fi folosit ca joc de societate sau ca atracție în sălile de spectacol. Din punctul nostru de vedere, procedeul Cumberland predispune subiectul și operatorul la sugestie mentală fără contact, căci dezvolt-

tind capacitatea de a percepe a primului, îl antrenează în același timp pe cel de-al doilea să-și concentreze gândurile.

Experimentarea fără contact. Este bine să alegeți un subiect cărui metoda lui Cumberland să-i fie familiară și un moment în care subiectul să fie bine dispus. Obiectul tentativelor rămâne aproape indiferent, dar sfatul meu este să se înceapă cu una sau cealaltă dintre experiențele următoare :

I. Așezați pe două sau trei mese — zece, douăzeci sau treizeci de obiecte. Folosiți mai întâi metoda cu contact pînă cînd subiectul ajunge în fața unei mese pe care se află obiectul pe care-l specificați doar în mintea dumneavoastră. În clipa aceea, încetați contactul și continuați-vă doar efortul sugestiv. Percipientul nu va trebui să se grăbească, ci doar să aștepte un impuls clar. Trebuie oare să mai spunem că în această experiență ca și în cele precedente, emițătorul își va exprima sugestiile prin imagini ? Dacă vedea, în ajun sau cu cîteva zile mai devreme, poate să-și consacre o parte din timp studiind obiectul cu scopul de a-și construi o imagine foarte precisă, experiența se va desfășura și mai bine.

II. Legați subiectul la ochi și plasîndu-vă în spatele lui, încercați să obțineți cîteva mișcări pe loc : să ridice un braț să întoarcă capul etc. Apoi faceți-l să descrie o traiectorie bine determinată.

Toate încercările de la capitoul IV (comunicare concentrată) pot în mod firesc să fie practicate cu un subiect antrenat cum tocmai am văzut.

IN STARE DE HIPNOZĂ

Mulți dintre cititorii mei — și mai ales cei care au obținut și studiat fenomenele descrise de mine în *Metoda Științifică Modernă de Hipnotism* și aceștia nu sînt puțini, s-ar mira dacă le-aș spune că în realitate starea de hipnoză este pusă la îndoială, chiar negată de oameni ale căror titluri îi întronează ca pe cele mai mari competențe. Prin

perspicacitatea lor ei și-au dat seama de caracterul simplist al teoriilor lui Braid sau despre excesiva rigiditate a acelorale lui Chareot, sau despre imprecizia doctrine-lor lui Liebeault și imaginațiile prea amestecate cu sistemul magnetiștilor. Apoi, cu gravitate, au aruncat copilul odată cu apa din lighean. Găsind inoportun de lung timpul cheltuit și eforturile indispensabile pentru cel ce vrea să încerce a obține stările psihice deosebite, cîndva etichetate ca „hipnoză”¹ nici cei mai docti negatori ai problemei n-ar putea să se laude cu un criteriu experimental mai bun. La cel din urmă trebuie să se recurgă cei care vor ține neapărat să afle.

Încercați acele manevre hipnotice pe o sută de indivizi diferiți. Nu veți observa poate la nici unul dintre ei faimoasele stări clasice² (catalepsie, somnambulism sau letargie) — produse de conjuncția unui teren nervos special, de un procedeu singular și de o influență doctrinală insistentă — dar sigur de stranii modificări de moment ale condiției psihice normale ale subiecților. Printre aceste modificări vor figura în circa 20 la sută din cazuri, inconștiența și gradul de sugestibilitate care permit atingerea sensibilității și impresionarea sistemului nervos pînă la activarea sau încetinirea instantanee a oricărei funcții.

Veți constata nu numai o stare fină, întotdeauna la fel condiționată, dar tot atîtea hipnoze diferite cîți subiecți sînt afectați. Această diversitate parcă făcută pentru a deruta pe oricine n-a încercat pe un număr mare de subiecți acea inconsistență care-i face să cadă în greșală pe cîțiva iluștri neurologi psihiatri, ea n-a scăpat nici unuia dintre cei care făcînd din hipnotism, principala problemă a vieții lor, l-au practicat cu asiduitate, devenind adevărați maștri.

¹ Deși aceste stări prezintă rareori analogia cu somnul implicată prin alegerea vocabulei *hypnos*.

² Despre care manualele pentru doctoranzii în medicină vorbesc încă în detaliu, deși teoriile hipnotice ale lui Charcot sînt azi dezavuate oficial.

Donato¹ semnală într-o carte în 1882², caracterul trecător al caracterelor clasice ale hipnozei. Alexandre Lapotre³ îl analizase în una din lucrările sale⁴. Eu însumi îl indicam în prima mea lucrare un modest opuscul, publicat în 1909⁵.

Digresiunea care o precede mi s-a părut un util preambul la expunerea procedeelelor pe care le voi recomanda pentru provocarea hipnozei, căci ea comentează directiva esențială a oricărei încercări de a hipnotiza.

2. Țineți în fața ochilor subiectului, la circa 10 cm distanță, o baghetă de lemn sau metal cu bilă la un cap sau cu o umflătură. Cereți-i subiectului să privească fix concavitatea și să-i urmărească mișcările. Descrieți în punctul fixat, foarte încet, o cicloidă descendentă, deplasind punctul de centru cu circa un milimetru la fiecare tur. În același timp șoptiți cu voce clară, gravă, aproape în șoaptă : „Pleoapele încep să fie mai grele, simțiți un fel de picoteală în ochi și un fel de greutate în pleoape. Vedeți ca prin ceață, ca printr-un oval. Simțiți o toropeală. Privirea se împăienjenește. Ochii se închid...” Repetați aceste sugestii pînă cînd închide ochii.

3. Treceți în spatele lui. Puneți mîinile pe fața lui, lateral, la nivelul ochilor, cu degetele mijlocii apăsate ușor globii oculari. Sugerați-i îngreunarea capului : „Capul vă

¹ Alfred, Baron d'Hont, zis Donato, mort la Paris în 1900 și al cărui nume a devenit eticheta comună a unui anumit număr de imitatori.

² Fascinația Magnetică de Cavaillon, prefată de Donato, Paris, 1882.

³ Celebrul vulgarizator care și-a meritat numele de cel mai mare hipnotizor francez, care timp de 25 ani, aproape în fiecare seară, a făcut demonstrații de hipnotism.

⁴ Metodă practică de hipnotism, ed. 2-a, Paris, 1924.

⁵ Hipnotism și sugestie, Paris, 1909.

⁶ Este bine să excludem : 1. epilepticii ; 2. istericii ; 3. cardiaccii ; 4. candidații la paralizie sau pe cei ce au suferit de ea, nu pentru că ar fi vreun pericol sau că ar putea să i se întîmple ceva bolnavului în timpul hipnozei, ci pur și simplu pentru a evita reproșurile dacă unui asemenea subiect i se întîmplă ceva în timpul experienței.

⁷ Pentru semnele revelatoare ale subiecților ușor de hipnotizat, a se vedea Metoda mea de hipnotizare.

este mai greu, mai greu, tot mai greu, ca de plumb..."
Insistați pînă ce capul îi cade pe piept.

4. Întoarceți-vă în fața subiectului. Puneți mîinile amîndouă pe capul lui, cu degetele mari la mijlocul liniei de implantare a părului. Freccionați fără încetare, în ritm constant, în semicerc, atingînd și sprincenele cu extremitatea degetelor mari pînă pe frunte. Spuneți-i apoi că-i este somn⁸. „Vă este somn, vă este foarte somn. Simțiți un fel de toropeală generală. Adormiți. Dormiți din ce în ce mai adînc. Se face întuneric, fiecare cuvînt al meu vă face să dormiți mai adînc... cînd voi spune șapte vă veți scufunda într-un somn și mai adînc. Numărați încet pînă la șapte.

5. Apăsăți cu fermitate la rădăcina nasului și în creștetul capului subiectului și spuneți, articulînd clar : „Dormi, dormi, acum dormi. În fiecare clipă vei adormi și mai profund. Nimic nu te va trezi fără să-mi ceară voie. Dormi. Ești adormit !“

Reduceți lumina. Ridicați ușor pleoapele subiectului. Dacă globul ocular este dat peste cap sau dacă pupila este fie prea dilatată, fie prea micșorată mai ales, condiția psihică a subiectului s-a modificat. Ea diferă de cea normală, în sensul indicat la pag. 7 G al. 3. Procedați apoi la verificarea gradului de hipnoză : anestezie sugerată, contractii sinergice, indiferență la mirosul de amoniac etc... Dîndu-i subiectului două sau trei ordine verbale, vă veți da seama de posibilitatea lui. Orice ar fi, sugerați-i de mai multe ori următoarele : „Nu te gîndi la nimic. Încetează să gîndești. Nu te poți gîndi decît la ceea ce-ți voi sugera eu verbal sau în gînd. Îmi voi concentra voința asupra diferitelor idei care vor fi comunicate spiritului vostru și se vor impune atenției voastre“.

Acestea îndeplinite, încercările de comunicare a gîndurilor sau de sugestie mentală vor putea începe, fie după

⁸ Asta numai după ce s-a obișnuit : a) obosirea ochilor ; b) închiderea ochilor ; c) îngreunarea capului — abia atunci se sugerează somnul. Celor mai mulți oameni le este frică să-și piardă conștiința și reacționează inconștient împotriva efectelor hipnotice numai la cuvîntul somn.

datele capitolului IV, fie după acelea cele prezentului capitol în ceea ce privește experimentarea în stare de veghe.

Abțineți-vă să vă îndoiiți de capacitatea dv. de a obține aceste manifestări sau de a vă crede extraordinari. Debutanții au de altfel norocul de a întâlni încă de la prima încercare subiecți foarte dotați, foarte sensibili. Mărturisesc că mulți au reușit încă de la prima încercare, sub ochii mei, să obțină manifestări precise și neașteptate. Pentru ca fenomenul să se producă este nevoie de trei până la cinci minute, dar se întâmplă uneori ca emisiunea gândurilor operatorului să acționeze încă din prima secundă.

Un ultim cuvânt : evitați să operați cu mai mult de trei asistenți, mai ales la început sau cu un nou subiect și cereți persoanelor prezente o liniște desăvârșită.

VI. Hipnoză prin acțiune mentală

1. Asupra unui subiect de mai multe ori hipnotizat prin mijloace obișnuite.

2. Asupra unei persoane care n-a mai fost niciodată hipnotizată.

1. Asupra unui subiect de mai multe ori hipnotizat prin mijloace obișnuite

Se cunosc patru factori de hipnotizare ; a) excitațiile senzoriale ; b) sugestia verbală ; c) radioactivitatea fiziologică sau magnetismul animal ; d) acțiunea psihică propriu-zisă.

Cînd încercăm să determinăm fenomenele hipnotice asupra unui subiect prezent, este bine să ne folosim de toate cele patru elemente de influențare. În afara avantajului cantitativ al totalizării lor, avem, astfel, certitudinea că-l afectăm și pe cel al modurilor de sensibilitate care predomină la acel subiect. Anumiți indivizi sînt într-adevăr, mai sensibili la factorul a), alții la factorul b) etc.

Cînd dorim să realizăm posibilitatea de a promova hipnoza dintr-o dată și la o distanță mai mare sau mai mică, factorul d) rămînînd singurul utilizabil, succesul va fi mai

ușor cu un subiect care să fie mai sensibil decât la primele trei, fapt de care putem fi siguri supunind fiecare subiect de care dispunem la patru serii de reacții respectiv senzoriale, verbale, magnetice și psihice. În lipsa posibilității de a alege, putem încerca pe un oarecare hipnotizabil.

După ce am antrenat subiectul să primească sugestiile *mentale* urmînd instrucțiunile date la precedentul capitol, este posibil să-l adormim sau să-l trezim printr-un simplu efort de voință. Cînd ultimul rezultat devine ceva obișnuit care nu mai cere nici un efort, îl obținem la fel de ușor de la distanță ca și de la cîțiva metri. Un rezumat extrem de interesant al unei experiențe de acest gen, de mai multe ori repetată de un comitet de savanți și de medici a fost făcut de Dl. Ochorowicz, profesor la Universitatea din Lemberg, în cartea sa intitulată *Sugestia mentală* (prin gînd). Mai pot fi întîlnite altele și în cartea *Psihologia necunoscută*, de Boirac, rector al Academiei din Dijon.

II. Asupra unei persoane care n-a mai fost obiectul unor hipnotizări prealabile

Cititorul atent al primelor trei capitole ale acestei cărți știe că părerile în ceea ce privește posibilitățile realizării unui astfel de fenomen, cunoscînd bazele opiniei afirmative ar ajunge la concluzia că singură experiența, personal realizată, poate în anumite împrejurări să dea fiecăruia o certitudine.

Am arătat în capitolul III cum putem să ne impunem gîndul la distanță asupra unei persoane, fără ca ea să bănuiască ceva. Asta înseamnă că aproape în toate cazurile, ar fi zadarnică atingerea unei a doua stări, bine caracterizată, a unei singure ședințe de acțiune mentală.

Ca în orice alt efect conform cu o stare precisă, repetarea efortului emisiv este indispensabilă.

De altfel, o condiție esențială se impune în conformitate cu principiile expuse în capitolul III pentru oricine vrea să încerce să obțină hipnoza la distanță asupra unor subiecte „nelucrate“. Asta înseamnă să ne rupem de experimentarea hipnotică obișnuită, aceea care se practică cu ajutorul privirii și al cuvîntului asupra persoanelor de

față. Numai un experimentator pentru care hipnoza a devenit ceva familiar, poate să se gîndescă la așa ceva, să încerce să-și imagineze cum s-ar petrece lucrurile. De altfel, cred că am insistat suficient asupra rolului important al imaginilor mentale în telepsihiie. Diversele reprezentări care pot fi folosite ca încercare de a obține hipnotismul la distanță sînt următoarele :

1. Imaginea subiectului prezent așezat în fața operatorului ca în cazul hipnotizării verbale.

2. Imaginea executării primei manevre și a efectelor pe care le determină.

3. Imagini succesive ale manevrelor care urmează precedentei și a efectelor respective.

4. Imaginea subiectului în stare integrală de hipnoză.

Elanul volitiv ale cărui hotărîri vor fi aici caracterizate printr-o intenție hotărîtă de a provoca somnul hipnotic. Această singură intenție, ar fi de ajuns pentru a influența subiectul, numai să fie mult timp emisă și repetată în fiecare zi timp de cîteva săptămîni. Dar fără reprezentarea clară a stării pe care o dorim, i-am influența gîndurile imprecis și din cauza aceasta subiectul s-ar afla în stare de amortîre nedefinită.

Este de la sine înțeles că hipnoza odată obișnuită, sugestia devine posibilă. Tot așa cum un subiect pe care-l adormiți prin privire și cuvînt atinge gradul maxim de sugestibilitate, cel pe care îl hipnotizăm de la distanță devine sugestiv mental atît timp cît se află sub hipnoză.

Trezirea lui nu prezintă nici o dificultate. Ea are loc imediat ce este sugerată ca într-un experiment obișnuit.

PARTEA A TREIA

DIVERSE ADAPTĂRI

VII. Comunicarea telepsihică a sentimentelor

Considerații generale. Dinamismul pasional. Incetarea dispersării dinamismului. Gestiunea interioară. Planul. Notele de disponibilizare. Raportul. Amănuntul emiterii zilnice.

Considerații generale

Într-o lucrare precedentă consacrată doctrinelor ermetice, am vorbit despre puterea de atracție, care nu poate fi suportată de vehemența interioară. Voi încerca în cele ce urmează să ridic voalul hieratic care acoperă această taină, lăsînd să se vadă limpede relieful luminos, cu scopul de a-și vărsa asupra celor dispăruți lumina binefăcătoare. Ceea ce vreau să dezvolt aici, a fost de altfel, deja schițat în capitolele precedente. Cititorul acestor prime trei capitole a înțeles deja că încă din clipa în care sufletul este copleșit de dragoste, de afecțiune, prietenie, el dispune spontan de o posibilitate de influențare proporțională cu intensitatea sentimentului pe care-l trăiește.

Să spunem — pentru a preveni o inevitabilă obiecție — că insuficiența acestei condiționale ardori explica inoperanța multiplelor sincerități și că, numai gestionarea ei conștientă îi asigură efectul așteptat. Să nu uităm însă cînd vorbim despre aceasta, să notăm și corolarul. Cînd vanitatea, ambiția venalitatea trezesc dorințe de a inspira dragoste, de a o perpetua, pentru a o face să renască, puține refugii le sînt oferite prin acțiune telepsihică, căci

o stare pe care n-o trăim nu poate fi comunicată ; că uneori se poate impune, este adevărat, dar fermitatea dominatoare, imperioasă, indispensabilă pentru aceasta, presupune fie existența unor excepționale predispoziții, care exclud caracterele vulgare, fie niște prerogative însușite cu prețul unei asceze dispensatoare, de detașare singulară.

Numai pasiunilor adevărate, numai pasiunilor specifice îndrăgostiților, li se adresează ceea ce urmează. Oricît de egoiste ar fi, atîta timp cît au grijă să și dea, nu numai să primească, ele sînt fără îndoială foarte utile evoluției și totdeauna preferabile nepăsărilor sumbre ale inerției.

Dinamismul pasional

Îndată ce se trezește o pasiune, toate resursele interioare par să crească. O impulsivitate neobișnuită animă în același organism, imaginația și voința. Cel ce se află în această stare are impresia că iese dintr-o lungă toropeală și începe să trăiască cu adevărat. În afară de aceasta, gîndirea este mult mai activă decît de obicei. Acest lucru pentru că vigoarea anemică se elaborează abundant. Este ușor de înțeles importanța acestui aflux : condiția primară a unei iradierii puternic influentă, elaborarea abundantă a energiilor psihice este de ajuns ca să antreneze comunicarea dispozițiilor care o generează, să afecteze obiectul or și să trezească în el dispoziții reciproce.

Din nefericire, receptivitatea acestuia din urmă poate fi tulburată de una sau mai multe cauze : mari dezacorduri între cele două caractere, înclinarea către o altă persoană, rivalitate, lehamite, preocupare derivativă. În această situație influența spontană a gîndului nu este de ajuns ; trebuie să ne folosim de influența ei condensată și chibzuită, astfel încît să dublăm, să triplăm să-i înzecim puterea. Am văzut în capitolul III cum se procedează în general pentru aceasta. Vom preciza așadar acum adaptîndu-le la cazul particular de dificultate sentimentală, învățămintele din capitolul respectiv. Să reținem însă, înainte de toate, următoarele : din momentul în care există pasiune, sentiment, dorință, cu condiția ca acestea să fie reale, dispunem de o putere suficientă pentru a ne impune voința asupra celui care cere acest elan. Dar dacă elabo-

rarea energetismului psihic este în cazul acesta asigurată, condensarea sa cere oprirea imediată a emisiunii disconfortului către care sînt înclinate sufletele nefericite. Această dispersare constituie una dintre cele mai mari primejdii.

Dacă nu știm, în prealabil, în orice tentativă de acțiune la distanță să dominăm agitația care risipește, fără folos, energia psihică, speranța de a reuși renunță la singurul ei sprijin.

Oprirea împrăstierii dinamismului

Insuccesele, loviturile, necazurile sentimentale devin repede obsedante. Ideea fixă se plantează, agită în continuu spiritul, antrenează imaginația în cele mai delirante hoinăreli și reține într-un mod atît de despotic atenția încît și somnul devine dificil. Pentru unii, a se smulge pentru o clipă numai din plasa obsesiilor sau a evada din această posesie fictivă prin care-și înșeală durerea, este un adevărat supliciu. Această perpetuă tensiune prin care nici un obiect nu trece — apare spontan în pasiunea contrarială, în funcție de afluxul energetic inseparabil de orice stare afectivă intensă, pasionată, violentă. Ea generează o emisie psihică continuă și împrăstie în mii de gânduri cuvinte, impulsuri, dinamismul pe care-l suscită. Rezultă din aceasta că cel interesat nu dispune în nici un moment de un potențial suficient de condensat pentru a acționa cu forță. De aceea, cei ce pretind că „dacă telepsihia ar exista ea ar avea o mare influență pentru că se gîndesc toată ziua la obiectul preocupării lor înșelîndu-se grav.

Imaginați-vă că de la fereastra etajului IV, vreți să doborîți un obstacol situat în stradă și că, pentru aceasta, dispuneți de un stoc de 50 000 de coli de hîrtie pe zi. Dacă, începînd din zori și pînă seara aruncați cîte o coală pe secundă, aceasta nu are nici un efect. Dar dacă veți arunca întregul stoc, într-un anume moment, să-i zicem între orele 5 și 6, și dacă le repartizați în pachete constituite din două mii de bucăți, pe care le veți arunca la ora stabilită în obstacol, acesta se va prăbuși fără îndoială. Comparația simplistă, puerilă să-i spunem, dar în mod sigur utilă :

1. Zădărnicia scontării unui efect oarecare, al unei idei fixe repetate și
2. Necesitatea de a-și suspenda timp de

două ore debitul energiei mentale cînd se vrea a se constitui o rezervă susceptibilă de a fi în mod eficace proiectată.

Prima regulă pe care o observăm pentru a încerca să comunicăm un sentiment constă în interzicerea timp de 22 sau 23 ore din 24, de a ne gândi la acel lucru, în continuu.

Trebuie în mod deliberat să nu ne gândim la subiect și la ceea ce este legat de el, să ne fixăm atenția asupra unor grupuri de idei, treburi sau altele care derivă din ele. Cei ce nu sînt, practic, familiarizați cu principiile elementare ale educației psihice, în mod deosebit cu schimbarea voioasă a gândurilor, vor rezista cu mare greutate la impulsul pasional, care tinde să le acapareze gândurile, încercîndu-le pînă în momentul zilei ales pentru proiectarea metodică a potențialului astfel acumulat.

Trebuie, de asemenea, să ne impunem efortul de a rezista pentru noi cuvintele și impulsurile diverse pe care ne simțim tentați să le exteriorizăm sub pasiunea dinamismului emoțional ; să nu cedăm tentației de a vorbi, de a ne spovedi, de a ne descărca sufletul, într-un cuvînt să încercăm a reține în noi această forță, de fiecare dată cînd sub o formă mai mult sau mai puțin insidioasă, ea caută să se elibereze.

Desigur, nu este deloc plăcut, dar dacă ne gândim că, în felul acesta ne înarmăm pentru a putea lupta împotriva greutăților și să obținem ceea ce dorim, este o mare compensație.

Gestiunea interioară

Cine este adeptul convins al faptului că el constituie un generator al energiei — acea energie pe care o va folosi, emițînd metodic, va observa, în afara regulilor precedente, principiile cele mai convenabile elaborării maxime și condensării cu grijă a forțelor sale psihice. Pentru moral, va fi o folosire a timpului precis, nelăsînd nici o lacună care să permită ca spontaneitățile imaginative sau exterioare să-și reia cursul ; pentru fizic o igienă generală minuțioasă. Pentru ca să înțelegeți mai bine, recitiți capitolul III.

Izolarea favorizează condensarea. Este chiar recomandată din acest punct de vedere. Ea ușurează, de altfel, supravegherea de sine care la rîndul ei vizează menținerea

propriilor gânduri cuvinte și acte într-un mod constant conștient.

Concentrarea în sine însuși a dinamismului emoțional tinde să determine o atracție, un fel de atracție psihică care acționează în mod constant asupra subiectului. De aceea este bine să nu ne grăbim în privința lui, să nu încercăm nici să-l vedem, nici să evităm a-l conserva, în prezența sa eventuală este atitudinea celei mai curtenitoare indiferențe. Sub imperiul atracției pe care nu va întârzia s-o simtă, subiectul simte o dorință din ce în ce mai obsedantă să se apropie de cel ce încearcă să-i influențeze gândurile, să caute să-i obțină atenția, să rămână în preajma lui. Nu vă duceți la el, faceți-l să vină el spre voi, aceasta este regula de aur.

Planul – Notele de disponibilizare

Am explicat în capitolul III că un plan de ansamblu trebuie gândit și hotărât îndată ce se proiectează o acțiune la distanță. Este vorba de a cîntări bine procesul gradual al modificărilor pe care vrem să le aducem dispozițiilor morale ale subiectului. A avea în vedere o schimbare radicală instantanee ar fi temerar. Trebuie să ne acordăm o lună, două, șase luni, la nevoie chiar și mai mult pentru a afecta în mod gradat subiectul comunicîndu-i mai întii gândurile compatibile cu dispozițiile actuale, apoi noi considerații care-l vor modifica mai mult și vom continua tot așa.

Pentru fiecare zi trebuie să prevedem o ședință de emiteri de la o oră pînă la două ore.

Făcînd mereu efortul, în timpul zilei, de a îngrădi, cum am mai spus, afluxul de gânduri care apar pe neașteptate cu privire la ceea ce dorim, trebuie să le notăm pe cele care în mod deosebit vor trebui să fie voluntar evocate imediat înaintea emisiunii zilnice conform instrucțiunilor date la pag. 45.

Raportul — Indicațiile de la pag. 46 vor putea fi utilizate, dar aici raportul nu necesită un efort special căci el există în mod necesar. Tot așa cum, din momentul în care există pasiune, înclinație, sentiment, există dinamism, există și raport. Aceasta explică de ce unul se află mai

mult sau mai puțin afectat, într-un anume moment, de gândurile, emoțiile sau suferințele celui alt.

Emiterea zilnică — două ședințe între trei sferturi de oră și pînă la o oră sau o ședință între o oră sau două ore sînt, în general, necesare. Izolarea, liniștea și întunericul favorizează întotdeauna emiterea telepsihică. Dar aceasta n-are nimic imperativ în ea. Esențialul este de a atinge o stare de exaltare în care ceea ce vrem să fie resimțit, intens și să acapareze în întregime cîmpul conștiinței.

Nu este de ajuns să constatăm, într-un fel de colocviu interior, dorința. Întreaga ființă trebuie să vibreze cu pasiune, să se simtă hotărîtă a afecta personalitatea celui dorit. A implora plîngăreț subiectul, de a simpatiza cu sine nu ar fi prea eficace. Singurele sugestii convenabile sînt cele pozitive, afirmative și mărturia subiectului că se simte sub influența lor.

Determinarea în sine însăși a stării care să iradieze folosirea unui stimulent neuro-psihic, își are utilitatea sa, căci, așa cum am văzut în capitolul III, absorbția excitanților își trage din plex forța nervoasă, care se află înmagazinată în el și o aruncă în torentul circular, de unde creerul o atrage și se hrănește. Dar considerarea succesivă a tuturor motivelor pentru care ținem să obținem ceea ce vrem, a tuturor satisfacțiilor care vor decurge din succes, apoi a tuturor consecințelor dureroase ale insuccesului, suscită și mai mult vehemența volitivă. Să ne reprezentăm toate acestea în tablouri clare, vii, să asistăm la ele prin intermediul gândurilor, să trăim cu imaginația noastră bucuriile și să simțim durerile, acesta este secretul antrenării indispensabilă unei telepsihii eficace.

Îndată ce ne simțim sub presiune, este bine să începem emiterea propriu-zisă prin evocarea imaginii subiectului. Repet aici ceea ce am mai spus la pagina 47 ; „Indiferent de oră, din momentul în care imaginea cuiva apare pe ecranul imaginației dv., tot ceea ce veți gândi în timpul înfățișării ei va avea o influență apreciabilă asupra ei“.

În al doilea rînd, recomand să se sugereze subiectului obsesia feței experimentatorului. Pentru aceasta este de ajuns să ne reprezentăm subiectul x văzînd el însuși cum

apare imaginea, gîndul la ceea ce reprezintă, sugerîndu-i a-și lăsa captată atenția de acest personaj. Ne vom imagina că subiectul simte la apariția ei o plăcere deosebită și se lasă copleșit de farmecul ei. După aceea, prin tranziții logice, putem evalua reprezentarea mentală a subiectului într-un sens conform cu caracteristicile cazului. De exemplu să-i sugerăm nevoia de a vă vedea sau de a vă scrie. Să-i sugerăm, de asemenea, să-și dorească puternic a o trăi și să-și imagineze apoi că o trăiește efectiv.

Dacă experimentatorul știe că subiectul aprecia sau apreciază unele dintre manifestările sale intelective, sentimentele sau senzoriale va sugera rechemarea lor prelungită urmată de regret și apoi de dorința de repetare.

O altă formă de acțiune mentală, foarte eficace constă în a imagina prezența subiectului și a-i vorbi — cu voce tare sau în gînd — văzîndu-l, mărturisind că înțelege și este impresionat, tulburat, că se învoiește.

Deși nu este de loc practic să se dea instrucțiuni detaliate pentru toate cazurile, directivele precedente au încercat să îngrădească ceea ce, pentru fiecare, constituie esențialul.

Există culegeri de vrăji, care lasă speranța înfăptuirii materiale a unui anumit număr de practici bizare a obținerii sigure a dragostei cuiva. Găsim în ele, în mod deosebit, rețeta filtrelor — pur și simplu — afrodisiace — sau pe aceea a descîntecului magic. Aceasta din urmă, complicată, stranie, impresionantă, pare în așa fel combinată încît să pună la treabă în același timp imaginația, inițiativa și voința pentru a provoca în felul acesta exaltarea cea mai frenetică, care, pornită să provoace cea mai puternică emiteră telepsihică (a gîndurilor). Și de data aceasta se va cheltui o cantitate foarte mare de energie. Elanul emoțional al operatorului, suscitată și mult timp susținut prin succedarea riturilor, susține toată experiența.

Cîți agenți ocuți, nevăzuți, nu cooperează la acțiunea experimentatorului, departe de a-l contrazice, eu susțin acest lucru, adăugînd că metoda indicată aici îi susține, fără formule cabalistice.

VIII. Tratamentul mental al bolilor

Baza emoțională a oricărui tratament mental. Efectele curative ale acțiunii psihice. Alegerea medicamentului. Lanțul. Directive generale. Durata zilnică. Bolile cronice. Bolile psihice, obiceiuri, toxicomania, perversiunea, monomaniile, obsesiile etc. Acțiunea inconștient supărătoare a unora, anturajele. Gîndurile pot ucide. Importanța moralului binevoitor pentru bolnav.

Eficacitatea unui tratament prin acțiunea mentală necesită înainte de toate, din partea experimentatorului sau al experimentatorilor, un viu sentiment de compasiune față de bolnav și față de cei ce sufăr pentru starea lui. Cunosc exemple de copii bolnăvicioși pe care dragostea mamei i-a vindecat încet încet pînă la robustete. Am văzut muribunzi, readuși la viață și chiar trupuri inerte reînviat de iradierea înșuflețitoare a unuia dintre cei apropiați, inițiat în metodele acestei cărți. Desigur, dragostea oricît de profundă ar fi nu învinge întotdeauna moartea. Există leziuni fatale, uzuri ireparabile, insuficiențe incoercibile. Acțiunea mentală transfuzează organismului în pericol energii de întreținere a autoreacțiilor curative, dar dacă acestora din urmă îi lipsesc resursele indispensabile pentru a reacționa avantajos, vindecarea nu va avea loc. Rămîn destul de mulți cei care nu pot fi salvați. Unora însă, cel puțin li se va susține moralul, li se va îndulci suferința, li se va prelungi viața. Cel ce va realiza acest lucru va fi întotdeauna o persoană apropiată, o rudă, un prieten intim la care bolnavul ține din tot sufletul, o persoană animată de dorința vie de a-i ușura suferința. Lăsîndu-i inițiativa directoare a intervenției unei persoane oalificate în acest sens, persoanele apropiate sufletește de pacient pot să-l susțină eforturile acestuia. Un lanț de voințe înfăptuiește cîteodată veritabile minuni, un lanț format fie din bărbați sau femei, fără conducător, în scopul observării legii polare a concursurilor fluidice. Acestui lanț, ocultismul îi preconizează prelungirea în invizibil evocîndu-i amintirea celor dispăruți care-l îndrăgiseră pe bolnav, ceea ce sporește influența lor, chemînd în ajutor Ființe superioare.

Oficiantul și eventualele sale ajutoare vor alege pentru fiecare zi un moment în care să se poată reuni, cel puțin

în care fiecare, în mod izolat să știe a dispune acolo unde se află, de timpul de a se alătura intenției celorlalți. Ei își vor concentra atenția asupra imaginii bolnavului și dând frâu liber sentimentelor față de acesta îi vor deplînge suferințele, dorind din tot sufletul atenuarea lor, îndepărtarea, transmițându-i propria lor vitalitate pentru a-l întări și vindeca.

Atenția fiecăruia dintre ei va trebui pe rînd fixată, timp de zece sau cincisprezece minute asupra diverselor gînduri care le preced. De aceea, oficianul ar proceda foarte bine dacă și-ar programa din timp formulele pe care le va folosi. Fiecare colaborator s-ar gîndi în felul acesta într-un perfect sincronism cu ceilalți. Nu este vorba, bineînțeles, de a repeta niște cuvinte, ci de a trăi intens sufletește, de a simți semnificația, de a însufleți imaginile de a vibra emoțional.

După enumerarea acestor idei, iată sugestiile curative pe care ar trebui să le avem în vedere. Mai întîi somnul, căci totul se învîrte din punct de vedere terapeutic în jurul lui. Să-i sugerăm pacientului să doarmă mult, liniștit și adînc. Să ni-l reprezentăm dormind cu o expresie fizionomică destinată liniștită. Să-l vedem trezindu-se într-o stare mai bună, mai sănătos. Apoi să ne gîndim la dispozițiile lui morale, să-i comunicăm speranța, liniștea, convingerea că ne ocupăm cu folos de el, certitudinea că voințele noastre concentrate spre vindecarea lui dispun de o forță mult superioară acțiunii agenților adversi. Să încercăm, de asemenea, a ne reprezenta cu o precizie anatomică starea actuală a organelor bolnave. Să urmărim în gînd reluarea funcțiilor perturbate, să le stimulăm, să le reglăm funcționarea.

În cele din urmă să vizualizăm vindecarea convaleșcența, revenirea la activitatea normală. Această ultimă reprezentare este de o mare importanță.

Ca în orice altă intervenție telefizică, sînt necesare două ședințe pe zi între 45 și 60 minute. Este, de asemenea, de la sine înțeles că tratamentul mental nu prescrie medicația.

În bolile cronice, ne vom gîndi, înainte de toate, să sugerăm celui interesat să se conformeze tuturor regulilor

de igienă alimentară și generală cerute de cazul său. Mai degrabă umplem butoiul Danaidelor decît să vindecăm un bolnav care nu respectă prescripțiile medicale și care face exact pe dos decît i se recomandă.

Putem trata și vindeca prin acțiune mentală obiceiuri nefaste, toxicomanii, perversiuni, monomanii, înclinația spre sinucidere.

Pentru aceasta, fără să folosim sugestiile imperative prohibitive, trebuie să convingem pe cel în cauză că obsesia, tendința, teama de care suferă încep să-i fie din ce în ce mai indiferente, că ea nu-l mai emoționează, că-l lasă indiferent, în modul cel mai sincer. Într-un cuvînt trebuie să ne imaginăm că impresionabilitatea subiectului se reduce în fața agentului morbid. În paralel, vom încerca să-i comunicăm tot felul de gânduri, sentimente, dorințe de felul acelor pe care vrem să le suprimăm. Vom încerca să trezim în el toate bunele dispoziții care ar putea înlătura răul.

Anturajul unui psihopat, chiar dacă nu știe, va împiedica vindecarea. Persoanele care se tem pentru bolnav, care sînt speriate, disperate pentru starea lui, de luni sau ani de zile, trebuie să fie, de asemenea, îndepărtate. Influențele lor adunate la un loc, constituie o puternică și supărătoare orientare. Aceasta pentru că ele vor gândi mereu că boala este ereditară, incurabilă și în cele din urmă îl va doborî pe bolnav. Cu cît aceste gânduri sînt mai numeroase, cu atît vor influența în rău bolnavul. A vedea agravarea bolii și a o crede inevitabilă, chiar dacă o deplîngem din tot sufletul, înseamnă s-o condiționăm, făcînd ca o revoltă interioară violentă să urmeze acestor gânduri de teamă. În felul acesta influența psihică poate tot atît de bine să ucidă. Tot așa cum ura, lăcomia pentru moștenire, dezolarea pasivă poate săpa un mormînt înainte de vreme.

Anticii, prin folosirea blestemelor și imprecățiilor, în care de obicei nu vedem decît o atitudine oratorică, cunoșteau puterea formidabilă a intențiilor profund trăite (resimțite), în mod deliberat condensate și clar exprimate. Coré Datham și Abiron trăzniți la un singur gest al lui Moise, Ananias lovit mortal de Pierre, Laubardemont citat

de Grandier să compară în termen de o lună la Tribunalul de Apoi ; mai aproape de noi Stanislas de Gualta și Boullan, scindatul caz al țigăncii doctorului din Sermyn și multe alte cazuri mai puțin cunoscute, sînt tot atîtea dovezi despre puterea ucigătoare a gîndurilor. Fără să fie vizați de cineva, cei ce-și alimentează, mențin ura și răutățile sînt în sintonism cerebral cu miriadele de vibrații psihice, analoge cu ale lor, care se încrucișează în atmosferă. Ei suferă efectul distrugător al acestei vibrații și sufăr din cauza lui. De unde necesitatea în timpul tratamentului, de a ține seama de moralul bolnavului, de a-l incita să uite dușmăniile și injuriile și să se gîndească numai la bună-tate și bunăvoință.

IX. Cum să combatem influențele nefaste

Tulburări și decepții atribuite influenței răuvoitoare a altcuiva. Persecutați și mitomani. De ce ura dă naștere în mod anevoios efectelor telepsihice, cum poate ea acționa ? O lege generală. Cum ne apărăm ? Cum să apărăm pe altul ?

Toți neurologii, toți ipsihiatrii, primesc doleanțele unui anumit număr de persoane atinse de tulburări senzoriale sau cerebrale pe care le impută de obicei influenței delibereate ale altuia. Ele atribuie deseori acestei influențe decepțiile și insuccesele lor. Aproape întotdeauna sînt o falsă imputare, cazuri de mitomanie explicabilă printr-un proces fiziologic. Dacă este adevărat, de altfel, că avem aproape toți, prieteni care ne invidiază, dușmani, competitori pe care înfrîngerea noastră i-ar avantaja sau pe care necazurile noastre i-ar umple de bucurie, nimeni nu este capabil de o asemenea ură care să dea naștere unei vrăji. Că mai multe gînduri rele pot să ne afecteze, eu cred, dar nu cu precizia și intensitatea admise de alții. Ar trebui pentru aceasta în afara dorinței arzătoare și o încăpăținare ieșită din comun, de cunoștințe și abilitate telepsihică, pe care nimeni să nu le posede.

Am văzut ce metodă trebuie folosită, de cîtă putere și insistență avem nevoie pentru a face pe altcineva să trăiască un efect telepatic precis. Așa ceva nu se poate impro-

viza. Să presupunem că x îl urăște de moarte pe z și se gindește întotdeauna la acesta, timp de luni de zile. Ce se va întâmpla oare. Dacă de exemplu, este neatent sau foarte impresionabil, el va deveni și mai mult, iar reflexele sale, brusc necoordonate cu ocazia traversării unei străzi aglomerate, printre mașini, îl vor trăda și va fi călcat. Dacă x i-ar dori numai rănirea lui z, atunci, facultățile acestuia în domeniul financiar ar slăbi. Să generalizăm. Dată fiind continua competiție a lăcomiilor, toți cei lipsiți de caracter suferă în mod obligatoriu și inecesar influențe înrobitoare, dezavantajoase sau distrugătoare. Iată aspectul exact al acestei probleme. Pusă în felul acesta cum să ne apărăm ? Cum să ne apărăm de semenii noștri ?

I.

În ceea ce ne privește, putem să ne izolăm printr-o educație psihică elementară, să devenim heterotonici la vibrațiile psihice nedorite. Într-o lucrare precedentă — *Puterea și voința* — am expus în ce constă educația psihică. Nu voi reveni asupra ei aici. Făcînd în fiecare seară un examen serios al gândurilor, pornirilor și hotărîrilor luate peste zi, fiecare poate să-și dea seama, dacă într-o măsură oarecare n-a fost influențat. Hotărînd dimineata, în mod deliberat, ce vom face în orele care vor urma, vom fi stăpîni pe noi, vom reuși să ne dominăm gândurile, să fim unicul lor generator. Ba mai mult, vom atrage cu adevărat spre noi influențele, împrejurările aducătoare de sănătate, de succes, de progres. Aceste împrejurări, oricît de fortuite ar părea, răspund întotdeauna la o chemare la o tendință interioară.

Înainte de toate să evităm orice animozitate, oricît de justificată ar fi, să uităm răutățile, să refuzăm a ne mai gândi la ele. Asta ar fi risipă de energie mentală. Și în afară de aceasta ne-ar sintoxiza cu o serie de vibrații prejudiciabile.

II.

Pentru a ameliora starea unui persecutat, prima regulă de care trebuie să ținem seama constă în a nu privi răul ca imaginar chiar dacă așa ar fi. A doua ar fi aceea de

a-i asigura condiții de igienă mentală și fizică perfecte. Să-l angajăm, să-l incităm apoi să practice educația psihică. La nevoie să-i sugerăm aceasta prin metoda expusă în această carte. În cele din urmă să folosim tehnica indicată în capitolul precedent.

X. Prevenirea sau modificarea unei decizii supărătoare

Acolo unde cuvîntul a eșuat, gîndul poate să triumfe. Meditația prealabilă. Repaosul condensator. Căutarea și notarea gîndurilor cele mai evocatoare. Emiterea. O singură ședință ajunge adeseori. Aplicații diverse ale aceluiași procedeu. Aveți încredere în noi.

Cineva din anturajul dv., un prieten va lua sau a luat deja o hotărîre care vă supără. Degeaba, v-ați folosit resursele dialectice pentru a-l face să gîndească. Este unul din cazurile multiple în care acțiunea telepsihică are efect mai sigur și mai rapid decît cuvîntul. Încetați intervenția verbală. Izolați-vă într-o încăpere silențioasă. Meditați în liniște și cu atenție la ceea ce aveți de gînd să împiedicați. Studiați geneza acestei decizii, reprezentați-vă executarea ei, stabiliți urmările și, ca să puneți capăt precizați toate avantajele pe care le-ar avea cel interesat schimbîndu-și părerea. Dacă găsești unul sau mai multe compromisuri între mobilurile care incită subiectul să se hotărască în sensul regretabil despre care vorbeam și ceea ce ne sfătuiește rațiunea, imaginați-le. Toate amănuntele acestei meditații trebuie notate cu rapiditate. Cînd începeți să vă plictisiți, deturnați-vă spiritul de la ideile cu care l-ați ocupat și faceți-l să-și îndrepte atenția în altă parte. Afluxul de inspirații sau de subsecvențe va continua totuși, iar dv. va trebui să notați în continuarea celorlalte gîndurile care vă vor asalta. Alegeți dintre ele pe acelea care suscită în sufletul dv. o vie opoziție. În felul acesta toate urmările dezastruoase ale actelor pe care vă pregătiți să le preveniți, acelea care vă emoționează, care vă revoltă, care fac să ținească din voi un „nu“ energic, formal, rețineți-le. După o scurtă pregătire bazată pe indicațiile capitolului III, în vederea condensării energiilor voastre faceți una sau mai multe ședințe de emitere, preferabil în mo-

mentele în care afacerea revenindu-vă în întregime în memorie, vă simțiți animat de dorința de a face să dispară cauza preocupării voastre.

Recitiți-vă notele, înflăcărați-vă evocarea tablourilor pe care le prezintă și terminați prin acelea care compun extrasul prescris mai sus. Acestea din urmă, dacă le vizualizați cu vioiciune vă vor scoate din mișcările de revoltă interioară, extrem de violente. Ele vor da naștere la tot atâtea proiecții psihice subiectului ale căror dispoziții vor fi slăbite.

Imaginandu-vă atunci că cel din urmă este acolo, nehotărît, mai raționați în gând cu vehemență, spuneți propria voastră convingere, imaginați-vă că înțelege, că vede unde ar putea să-l ducă rătăcirea lui, că trăiește imediat bucuria pericolului evitat și că-și exprimă toată gratitudinea.

Trecerea marcată cu alte caractere indică faza esențială a acțiunii. Dacă mobile foarte puternice concură la hotărîrea care trebuie să inhibe, sînt necesare mai multe ședințe. Dar cîte hotărîri regretabile nu depind de un simplu capriciu, de vise înșelate, influențe stîngace. Toate acestea putem deseori să le oprim sau să suspendăm executarea prin efortul unei singure ore bine folosită.

Printr-un procedeu analog, acționați asupra a ceea ce vă nemulțumește subalternii sau șefii, colegii sau confrății, clienți sau furnizori, prieteni sau rude. Concentrați-vă în sinea voastră asupra cauzei nemulțumirii. Nu exteriorizați în reprezentări verbale în doleanțe sau confidențe vibrațiile emoționale neplăcute care vă agită. Așteptați clipa în care, recapitulînd în sinea voastră greșelile, vă veți simți iritat. Profitați de ea pentru a sugestiona energie pe acelea sau aceia la care vă gîndiți. Veți constata imediat că influența gîndului deși nebănuită de cei mai mulți și respinsă categoric de oameni, operează efecte impresionante prin evidența lor precisă.

Un ultim cuvînt : oricît de dificil, oricît de îndepărtat vi s-ar părea rezultatul, oricît de neîncrezător sau oricît de slab v-ați simți în fața dificultății să aveți încredere că veți reuși cu ajutorul forțelor psihice. A trăi, înseamnă a genera energie, a te domina înseamnă a acumula ; a gîndi înseamnă a o iradia, a se emoționa înseamnă a se

forța, a reînvi efortul înseamnă a accentua cîntările lui precedente. Mijlocul de a acționa pe care-l dezvoltăm în cartea mea vă înarmează așadar cu același motiv ca orice altul și dacă veți exersa folosirea lui, posibilitățile voastre vor crește pe zi ce trece.

XI. A feri sau a proteja pe cineva

Intenția făcută eficace (eficiența). Ferirea de pericol. Procedeu. Protecția în timpul unei încercări sau a unei dificultăți. Aplicații diverse.

Procedînd aproape ca pentru a vindeca poți însoți cu o influență protectoare o persoană apropiată, un prieten îndepărtat, fie pentru a-l feri de un pericol, fie pentru a-l face să-și păstreze facultățile, fie pentru a-l favoriza în orice împrejurare. În mod izolat sau cu ajutorul unui lanț (și), se practică zilnic evocarea imaginii, și, aceasta o dată precizată, ne concentrăm gîndul cum credem de cuviință. Ca pentru orice altă acțiune telepsihică, un anumit număr de ședințe sînt indispensabile pentru a obține un rezultat palpabil (concret).

Dacă ținem cont de securitatea subiectului și ne temem să nu-l expunem la un pericol deosebit, lăsînd un spațiu larg, în cursul fiecărei ședințe, ca să-l descoperim să nu-i uităm nici pe cei de care nu ne temem, și care sînt deseori mai periculoși, să ne imaginăm pe cel care ne interesează în integritatea lui fizică, cu aspectul exterior cel mai liniștitor și să insistăm menținînd această imagine pe ecranul imaginativ, afirmînd în virful buzelor „să rămînă așa. Vreau să rămînă așa, eu vreau să rămînă așa“. Atunci cînd subiectul trebuie neapărat să se teamă de un risc, să nu se specifice cum poate s-o facă, ci doar să se afirme că va ieși cu bine din situația respectivă, teafăr, ocolind toate capcanele. Putem să ne gîndim a-i stimula atenția, să-i susținem încrederea în el, să fie calm și să-și păstreze singele rece.

Faptul de a cunoaște intim pe cineva și de a-i aprecia fără să-și dea seama, felul de a fi, ne ajută considerabil să ne impunem voința noastră căci legătura (raportul) este în cazul acesta dinainte stabilită și pe de altă parte avem

o reprezentare clară și precisă a ceea ce simte subiectul. Bunele sentimente pe care le nutrim față de el, intensitatea dorinței de a-l proteja, sînt, de altfel elementele cele mai importante ale reușitei.

Cu ocazia unui examen, a unui demers, a unui efort special, influența telepsihică poate să contribuie în mod deosebit la succes. Dar trebuie să te ocupi de aceasta cu mult timp înainte și nu în ajunul evenimentului. Minimum de zile necesare este de 30 pînă la 40 zile.

În timpul unui examen, acțiunea la distanță, de exemplu, nu va spori de bună seamă cunoștințele candidatului, dar îl vor plasa într-o stare de perfectă luciditate mentală, îi va stimula memoria, siguranța de sine, prezența de spirit, îl va face cît se poate de plăcut celorlalți. Ea va influența în felul acesta — oricît de straniu ni se pare — pe examinatori. Trebuie să mai adăugăm chiar că în timpul studiilor putem să-i sugerăm pofta de muncă, interesul pentru anumite materii, înțelegerea ușoară a explicațiilor, echilibrul fizic și puterea intelectuală. Să nu uităm că a trece cu bine un examen sau a obține o diplomă nu asigură nimănui o carieră strălucită dacă-i lipsesc aptitudinile, cunoștințele și dacă nu se luptă pentru acest lucru.

Îndrumările de pînă acum se adaptează la numercase cazuri : demersuri, solicitări, la teatru sau oriunde în altă parte.

XII. Dedublare

Faptele. Teoriile. Dublarea. Formele gîndurilor. Experimentare. Adaptări.

Faptele — a se dedubla, altfel spus a fi văzut sau auzit la o distanță considerabilă de timp, a vedea și auzi ce se petrece departe de tine, constituie cea mai grozavă manifestare telepsihică. Istoria ne pune la dispoziție numercase exemple de dedublare. Am vorbit despre ele în lucrările mele *Science occulte* și *Magie pratique*. În zilele noastre găsim observații la tot pasul. Ajunge pentru a ne convinge să citim procesele verbale ale Societății de cercetări psihice din Londra sau cărțile lui Gurney, Mygers, Podruore, Maxwell și Birac pe care i-am citat în capito-

lul I. Se află în ele descrisă relația dintre multe fenomene spontane. Aici vom putea vedea cum putem să le folosim mai bine în favoarea noastră. Numai o predispoziție specială permite să ajungem la dedublarea integrală, dar dacă intenția susținută de a-ți impune gândurile altcuiva este de ajuns pentru ca activitatea mentală să se iradieze în mod eficace, o concentrare a spiritului analogă determină numai parțial proiecția bilocatorie.

Teoriile. I. *Dublarea.* Dacă știința modernă începe cu greu să atingă — și nu cu încredere — studiul fenomenului respectiv, de-a lungul vremurilor au fost transmise texte care afirmau perfectă cunoaștere, folosirea cu ușurință a legilor dedublării.

Ocultismul — vestigiul al științei înaintașilor — ne arată omul făcut nu numai dintr-un suflet și dintr-un corp, ci și dintr-un al treilea element intermediar între unul și celălalt. Acesta este dublul sau acel Ka al preoților egipteni, Kamarupa al Indușilor, acel Nephesch al kabaliștilor, mediatorul plastic al ermeticilor, cunoscut în zilele noastre de corp astral. Exact informat asupra modelului aparenței materiale, corpul astral, făcut dintr-o substanță și mai subtilă decât starea eterică a fizicienilor, interpenetrează organismul tangibil al cărui edificator, conservator și animator, el este de altfel.

În favoarea acestor letargii asemănătoare morții pe care știu să și-o provoace asupra lor înșiși practicienii magiei și pe care pot să-l obțină de la subiecții lor persoanele care vindecă prin sugestie, sufletul (conștiința psihologică) se exteriorizează, vehiculată de corpul astral și, lăsând acolo corpul fizic, de care o legătură fluidică îl ține legat, găsește spațiul desființat. În afară de acest ultim aspect, multe altele sînt posibile și chiar frecvente. Acestea sînt diversele forme ale metagnomiei — nume creat de Boirac, defunctul rector al Universității din Dijon, pentru a desemna perceperea lucrurilor și a ființelor situate în afara valorii sensurilor în timp și spațiu : Un somnambul lucid, un clarvăzător, o persoană cu dublă vedere, vă pot descrie

un rezident din Marsilia sau un eveniment care se va întâmpla¹.

Acest lucru le este posibil printr-o dedublare parțială. Un om mort sau care trage să moară, îi apare, dincolo de ocean, mamei sale : dedublare provocată de emoție². Sub efectul chloroformului, un pacient se exteriorizează și asistă la operarea sa — același fenomen. În somn cel ce doarme visează că se află în vizită la tatăl său a cărui casă ia foc. În ziua următoare el află că visul său a fost adevărat. El s-a bilocat, deci, și a văzut tot.

Case bânuite de spirite și multe alte fenomene ciudate se explică prin exteriorizarea dublului. Pentru a înțelege aceste lucruri trebuie citită cartea lui Gurney, Myers și Podmore, despre *Halucinațiile telepatice*, doar atunci ne vom da seama de frecvența dedublării.

În cea mai mare parte a cazurilor serios constatate, dedublul nu este conștient — ceea ce nu trebuie să surprindă — căci este vorba mai întotdeauna de o proiecție numai a dublului, în timpul căreia sufletul, elementul psihic, conștiința rămâne în preajma corpului. Cînd sîm așezați, cu mușchii relaxați, lăsați în voia lor, ne gîndim în exclusivitate, profund la un al treilea, ne proiectăm inconștient dublul nostru spre el. Cel interesat percepe rareori această prezență invizibilă, cel puțin ca imagine a noastră înșine. Și totuși dublul nostru acționează asupra lui și-i transmite mișcarea lui ondulatorie, îi comunică acel ton de vibrații de care este animat, ceea ce trezește în el gînduri despre noi.

N-ați avut, oare, niciodată, în timp ce erați căzuți pe gînduri, ca să spunem așa, senzația că ați trecut pragul realului, impresia că reveniți de undeva departe, în momentul în care un apel neașteptat vă readucea la noțiunea de real ?

În felul acesta, acolo ca și oriunde altundeva, există grade și dacă blocarea totală și conștientă pare să necesite

¹ A se vedea lucrarea lui J. Maxwell, *Fenomenele psihice*. Sint expuse în ea astfel de fenomene constatate de personalități emnente.

² Vezi Flamarion — *Moartea și misterul ei*.

calificări ciudate, fiecare se dedublează mai mult sau mai puțin spontan și fiecare poate, încercînd s-o facă în mod deliberat să tragă foloase din această posibilitate.

Teoriile — II. Formele. Gînduri — Totul se petrece cum am mai spus-o în capitolul II, ca și cum, scăldate de un invizibil ocean fluidic, sufletele noastre s-ar găsi permanent într-o mentală comunicare. Acest ocean, ocul-tismul îl definește „plan astral“ și-i atribuie un rol cosmologic dintre cele mai importante, asupra căruia nu voi insista aici¹. Ceea ce ne interesează, în primul rînd, este proprietatea atribuită de oculte substanței planului astral, de a lua diferite forme sub efectul activității noastre psihice. Imaginile mentale își sculptează trupuri după asemănarea lor. Răsunetul impresiilor, emoțiilor și sentimentelor noastre da unaștere la agregate cu contururi și culori diferite².

Toate aceste creații sînt dotate cu simțul mișcării și chiar cu jumătate de conștiință. Ele acționează ca auxiliare ale inteligenței din care emană. A vrea să acționezi asupra unui al treilea, ducîndu-te cu gîndul acolo unde se află el, înseamnă, deci, a proiecta un fel de fantomă, de dublu, de alterego, care va influența inconștientul subiectului după intențiile noastre. De asemenea, imaginile mentale formate și transmise după tehnica cunoscută, constituie corpuri astrale reale, care rămîn în ambianța subiectului și se manifestă aici, cîteodată pînă la obsesie. Se vede clar cît este de sugestivă teoria formelor gînduri și cît de utile sînt inspirațiile pe care le putem lua din ea.

Experimentarea — Printre specialiștii care au scris despre dedublare, unii au indicat, pentru obținerea acestui fenomen, folosirea substanțelor pernicioase prin ele înșile și al căror efect rămîne de altfel incomplet. Într-adevăr, opiumul, eterul, cocaina, morfina, hașishul provoacă dedublarea, dar îi iau experimentatorului orice influență directoare a fenomenului sau îl împiedică de a mai ști să-l folosească. Alții au preconizat o metodă mai puțin periculoasă, care folosește exteriorizarea inseparabilă a somnu-

¹ Vezi *Science Occulte et Magie Pratique*, de același autor.

² Vezi Leadbeater, *L'homme visible et invisible*. Leadbeater — *Les formes pensées*. A. Besant, *Aides invisibles*.

lui natural. Inconvenientul acestei metode este evident : candidatul neavînd un control continuu de sine, deoarece, blocarea se produce în stare de inconștientă, caută să se pună în cele mai bune condiții pentru a suferi influențele ambiante cele mai restrictive ale propriei sale voințe. De fapt, i-am văzut pe unii complet dezechilibrați de încercările lor. Această dedublare nu constituie nimic altceva decît o poartă deschisă despre lumea misterioasă de dincolo. Să treci prin această poartă, cu mîinile legate și anihilat din punct de vedere psihic, este fără îndoială o ciudată temeritate !

Procedeul pe care îl voi expune se deosebește esențial de precedentele, mai întîi prin completa sa inofensivitate ; apoi pentru că duce la o exteriorizare graduală în timpul fazelor căreia experimentatorul își păstrează integral conștiința și voința. L-am expus de altfel deja în *Știința ocultă și Magia practică*, dar își are foarte bine locul și aici.

1. Să căutăm înainte de toate să impunem corpului fizic o pasivitate completă. Cea mai bună poziție este întins. Atenția trebuie să parcurgă pe rînd fiecare fibră, cu scopul de a relaxa, de a destinde perfect sistemul muscular. În felul acesta ajungem la o imobilitate absolută.

2. Inerția locomotorie predispune la o încetinire a activității intelectuale, lucru de care ne dăm foarte bine seama și care degenerează foarte simplu în somn firesc adînc la cei ale căror energii psihice sînt insuficient condensate. De aceea, din cauză că nu am operat conform indicațiilor precedente această condensare, experiența se întrerupe de la sine.

3. Experimentatorul, încă manevrat de automastismul său, observă continuarea agitației sale cerebrale și abia atunci este bine să se țină de ea. Menținerea intenției, fără nici o tensiune volitivă, rîrind elaborarea gîndurilor, constituie cheia exercițiului.

Această intenție nu va duce dintr-o dată, și nici în cîteva ședințe numai, la suspendarea completă a gîndurilor. Totul se obține progresiv, calmul urmează agitației și, după aceea, somnul pune stăpînire pe cei ce se oferă benevol. Dar după cîteva săptămîni de încercări zilnice, momente din ce în ce mai lungi marchează un prim progres. Apoi, această oprire se prelungește și durează mai

mult, tulburată doar de o vagă reacție. În cele din urmă ea va fi uniformă. Aceasta este izolarea. În această stare acuitatea senzorială se află considerabil atenuată. Zgomotele din exterior devin indiferente, ca de altfel și senzațiile vizuale, olfactive sau tactile. Se ajunge astfel la o dispoziție analogă cu aceea a unui individ preocupat, care nu-l aude pe cel care-i vorbește. În felul acesta începe să se schițeze exteriorizarea.

4. Se obține foarte clar impresia de a nu mai fi strins integrat în limitele corpului fizic. Se simte plutind, undeva în paralel și la o oarecare distanță. Cea mai mică intenție voluntară l-ar readuce la starea normală. De aceea, nu va simți nici o teamă, ci dimpotrivă o liniște quasi-nirvanică.

5. Ajuns la aceste rezultate și capabil să se izoleze în felul acesta în câteva minute, la intenția primitivă de stază intelectuală, el va continua să se mențină în această stare din ce în ce mai mult și va continua experiența fără grabă, consacrandu-i circa o oră zilnic. După caz, evoluția posibilităților bilocatorii va lua un curs adecvat predispozițiilor fiecărui individ. Astfel, unii vor începe să perceapă mijlocul astral sub forma unei lumini sau a unei umbre difuze, în care forme, siluete imagini se vor schița puțin câte puțin a) pentru alții, spațiul hiperfizic va fi ușor parcurs și dublurile celor în viață vor fi perceptibile (b) înaintea chiar a planului astral¹.

6. Experimentatorii care vor observa ceea ce am expus la punctul a ar obține rezultate mai rapide, orientându-se spre *metagnomie*. Aceștia sînt mai degrabă percipienti decît iradianți. Cei ce vor observa (punctul b) vor afla că sînt mai bine dotați pentru a acționa, pentru a se manifesta, decît pentru a percepe vibrațiile emise de alți centri. Aceștia vor excela mai ales în acțiunile la distanță cu multă ușurință.

După cum am văzut, dacă abordăm aceste practici, fără să posedăm rezervele energetice, care să asigure în același timp succesul și inofensivitatea, nu riscăm nimic altceva

¹ Perceperea lucrurilor și ființelor situate în afara simțurilor fizice în timp și spațiu. Exemple: autoscopie, psihometrie, luciditate, somnambulism, clarviziune, viziuni în cristal etc.

în afara somnului reparator. Dar exercițiul în sine îl antrenează încet încet pe cel care-l practică și-i dezvoltă în mod considerabil aptitudinile. Încercînd mereu, oricine și-ar atinge scopul. Dacă în acțiunea telepsihică la distanță se va proceda printr-o dedublare prealabilă, va fi de-ajuns să evoce imaginea subiectului și să se precizeze clar intenția de a fi împreună pentru ca rezultatul dorit să se arate. Și atunci acțiunea va fi mai puternică, mai rapidă, cerînd mai puțin efort decît sugestia mentală obișnuită.

XIII. Telepsihia în viața individuală și colectivă

Factorul telepsihic în urzeala destinului. Competiția universală. Ardoarea rivnită, efecte — Acțiunea exterioară a dispozițiilor obișnuite ale omului. Aptitudinile fără aviditate și aviditatea fără aptitudini. Telepsihia și afacerile. Dragostea duioasă și vigoarea apetență. Investiții invizibile. Ciocniri colective ale voințelor. Psihismul și problema socială. Optimism și luciditate. Teama sterilă și teama utilă. Despotism și servilitate. Caracterele puternice și autoritatea lor morală. Munca forțează în mod eficace gîndul. Dragostea și telepsihia. Pasiuni și sentimente. Concluzii.

Așa cum am declarat la începutul acestei cărți, influența telepsihică este o subsecvență inevitabilă a activității afective și cerebrale. Îndată ce ne emoționăm, îndată ce dorim ceva, ce ne gîndim la ceva, iradiem vibrații care reînoite mai multe zile, luni, ani, contribuie în mod apreciabil la determinarea a nenumărate împrejurări. Cele din trecut se vor răsfrînge asupra prezentului; cele prezente asupra viitorului. Cîteva considerații le vor lămuri.

Un colectiv se agită, străduindu-se să facă ceva. Fiecare dintre indivizii care-l formează dorește cu mai multă sau mai puțină încăpăținare și aptitudini ceea ce dispozițiile sale îl împing să considere suprema dorință. De la savantul în căutarea descoperirii, care va face din el un vîrf mondial la omul de finanțe care așteaptă să dea o lovitură profitabilă, de la politicianul nerăbdător să ocupe primul loc în planul puterii la funcționarul care-și dispută un post mai bine plătit, de la adoratorul care-și

irit, cu suspinele sale rivalii la scriitorul care aspiră să obțină cununa de lauri, competiția este generală. Ceea ce-i urmărește pe unii, este dorit și de alții. Or, dacă activitatea, calificările, sprijinul primit de fiecare competiționar sînt tot atitea atuuri în jocul său, patima devorantă este alta — și ea contează. Puterea acestora explică nenumărate succese, dar și multe înfringeri neînțelese fără ea. La egalitate în privința cunoștințelor, priceperii, capacității de muncă și a protecțiilor, personalitatea cu cele mai puternice dorințe va obține mai mult. Această vigoare a dorinței înlocuiește aproape întotdeauna, într-o largă măsură, insuficiențele valorii intrinsece, dacă știm să-i limităm zvicnirile excesive. În fapt, este aceeași poftă frenetică care-i asmută pe cei mai îndrăzneți piraiți asupra căutătorilor de aur. În cazul celor dintii, judecata ageră îi face să se strecoare cu bine printre stîncile din apă; la ceilalți cauzalismul deficient se pierde în fața sugestiilor primite din frămîntările interioare. Dar același fel de energie îi împinge și pe unii și pe alții să-și întreprindă acțiunile. Cei care reușesc s-o domine și s-o emită în imagini bine gîndite identifică efectele cu intențiile lor, cei care o primesc, își fac tot felul de gînduri rele și rezultatele, întotdeauna precare, se amestecă cu nesiguranța.

Desigur, este mult mai bine, să reduci viteza, în situația în care cirna, fragilă și stricată se lovește de recif, dar în ceea ce privește oamenii, nu este mai puțin adevărat că lăcomia, mai mult decît meritul, se însușește și se îmbindește.

Dincolo de stimulentele lor, convingerea că se poate, că ai dreptul, că ești pregătit pentru asta, influențează o serie întreagă de oameni de care depinde acel ceva la care se aspiră. Altfel zis, toate restricțiile pe care le simțim, le admitem, despre propria valoare se repercutază în sufletul altuia. Iată de ce cei modești, preocupați de a păstra măsura lucrurilor, acei rezonabili înainte de toate nu primesc nici măcar un sfert din ceea ce ar putea să cheltuiască pentru niște capacități identice, dacă ar simți cu mai multă patimă — nicidecum să zic orbește — dorința de a avea ceea ce inechitatea oamenilor le refuză.

Această elită cultivată, laborioasă, necunoscută, al cărei intelect se consumă în căutări minuțioase din care

iese progresul științelor primește un preț foarte mic pentru truda ei. Am putea spune chiar că în bugetul național competența este apreciată mai puțin decât îndemnarea. Asta deoarece este vorba despre oameni a căror energie psihică este absorbită de o lungă cultură și ale căror preocupări ideale derivă din dorința de a o obține.

Unii vor spune că atribuii acțiunii telepsihice efectul unui exces sau al lipsei de inițiativă revendicativă. Acestora le răspund că cele mai juste revendicări se obțin destul de slab când dorința promotorilor nu este intensă.



În bătălia afacerilor, cine vede curgînd oferte și cererile avantajoase? Cine găsește împrejurările cele mai favorabile? Cele mai satisfăcătoare? Este oare cel mai activ? Este oare cel mai bine dotat, profesional vorbind? De loc. Este cel mai pătimaș, cel mai dornic de a se îmbogăți, de a deține supremația. Acestuia îi vin idei pe care ceilalți nu le vor avea, și acest lucru se poate explica prin resursele interioare ale sufletului său. Îi vin, de asemenea, colaboratori financiari tehnicieni pricepuți, furnizori serioși, clienți cîți este nevoie. Dacă raportăm meritul la numărul lor, acest lucru poate fi încă susținut, deși printre concurenți există unii destul de inteligenți și activi care eșuează. Dar toate acele întîmplări fericite, care ne fac să spunem de cîte unul: „Are noroc!”, „Reușește ca prin minune” — n-ar fi oare de ajuns ca să justifice teza mea? Mi se va răspunde că toată lumea dorește să reușească. Nu cu aceeași ardoare, nu cu aceeași fixitate psihică. Tuturor le este foame, dar între intermitenta schițare a foamei a dispepticului și marea nevoie de mîncare a unui băiat solid este o mare diferență¹.

¹ Comparația nu este de loc forțată. De cîte ori adevărate brute cu o gîndire rudimentară dar compactă, puternică și bine orientată nu uimesc pe unii care se cred f. subtili și cunoscuți prin succesele lor? Organizarea psihică judicioasă, dar fără vi-goare, influențează fără doar și poate mai puțin decît un temperament robust și simplu.

Desigur, nici la noi, nici în altă parte — nu lipsesc ființele bine dotate pentru a aprecia toate posibilitățile opulenței, încît putem să ne întrebăm cum vibrațiile lor psihice nu atrag ceea ce le-ar satisface gusturile. Dar dragostea și dorința arzătoare sînt două stări sufletești diferite. Dorim fără să ni se impună, în mod firesc, orice lucru plăcut. Nu simțim în cazul acesta, în mod obligatoriu acea nevoie continuă, impetuoasă și vehementă, care ne atrage, ne cucerește, pune stăpînire pe noi. Și dacă ne gîndim la numărul mare de oameni care iau cu asalt puținul pe care ni-l oferă pămîntul, ne dăm seama de configurația atletică necesară marilor victorii.

A poseda, nu înseamnă și a păstra. Moștenitorul pe care contingentele sale l-au gratificat cu bunuri considerabile devine centrul unei permanente conspirații în care se află tot felul de pofte nenumărate, care prin starea socială, investesc bogăția. Ele nu acționează numai pe căi materiale. Ele sugerează dincolo de ceea ce se vede, imprudența, eroarea, excesul, viciul. Și acțiunea lor mentală se îmbogățește cu invidii, gelozii, animozități pe care le scoate la suprafață opulența. Ce lanț redutabil ! Și în ce defensivă robustă și circumspectă trebuie să se afle mereu cel bogat. Dacă n-a primit la naștere ca zestre și un psihic pe măsura importanței pe care o are, va fi în curînd dat la o parte. Aristocrația însă care numără mai multe burți decît suflete, dormea mai mult decît muncea, consuma mai mult alcool decît idei s-a supus legii unui grup de intelectuali pasionați. Din momentul în care a încetat să mai gîndească și să vrea, monarhiei noastre i-a fost luată inițiativa. Și dacă burghezia actuală deținătoare a privilegiilor, mai stă încă în picioare, în ciuda imprudențelor electorale, asta se întîmplă pentru că ea totalizează mai multe psihisme active decît toți adversarii ei la un loc. În ziua în care pasiunile regaliste vor depăși pe cele republicane vom putea spune că republica și-a trăit viața.

*
• •

Sôarta proletarului se ameliorează încet din momentul în care el a încetat să considere ca indispensabile din punct de vedere social, abuzurile săvîrșite asupra lui.

Totul ar merge mai repede și mai bine, dacă s-ar gândi la drepturile lor cu mai multă ardoare și mai conștient. Din cauza insuficiențelor psihice, democrațiile își duc existența sub un jug semidictatorial. Incapabili de a concepe ordinea dorită în imagini precise, ele se lasă mereu înșelate de buletinul de vot. Ele cred în desemnarea obediențelor organizatoare de echitate și văd în mod invariabil ieșind din urna tirania și hoția. Totul s-ar schimba dacă masele largi de oameni n-ar cădea pradă între două războaie, între două sesiuni legislative, între două mitinguri, unei resemnări excesive, făcută mai ales din indolență și apatie. Totul s-ar schimba dacă fiecare dintre noi și-ar formula în sinea sa cu hotărâre o sugestie foarte concretă: posibilitatea de a consuma, proporțional cu ceea ce produce. E nevoie de organizarea militară a popoarelor scosă de sub arbitrariile naționale și încredințată, pentru fiecare continent, unui colegiu internațional — cerință a unui consimțământ direct al alegătorilor în privința destinației cheltuielilor publice¹.

Această concentrare a spiritului ar acționa perfect, căci efervescenta psihică îi impresionează fără doar și poate pe cei ce sînt obiectul ei. Iritarea silențioasă influențează profund și în mod decisiv, ea este de altfel incoercibilă. Invers, vociferările și revoltele tumultuoase, nu duc decît la niste reforme superficiale și tranzitorii.



Nemulțumirile, ranchiunile și urile, nemărturisite dar vivace — fie că sînt colective sau individuale — operează adovărate vrăji. Paroxismul, minia lor fulger, tună și lovește precum trăsnetul. Cînd a fost puternic concentrată, adică de mult timp trăită, violența dezorganizează, uimește și ucide. Nimeni nu se poate lăuda că este imun la iminenta repercusiune a rivalităților și antagonismelor pro-

¹ Pentru aceasta ar trebui, zice-se, o capacitate de apreciere pe care popoarele n-o au. Toată lumea se abține să le-o dea. Și unde s-a mai văzut să i se ceară deputatului sau ministrului, brevetul de cunoștințe și aptitudini economice.

babile. Pentru a se apăra împotriva lor, nu trebuie nici să le ignori și nici să le desfiți, ci dimpotrivă să-ți sporești capacitatea de a rezista. Se știe că cel ce se laudă cu fericirea, nu vede nenorocirea care bate la ușă. În realitate, optimismul nu face altceva decât să te atenționeze în fața adversității posibile și să fii gata să acționezi. Dacă optimismul prezintă uneori aparența unei nepăsări suficiente, aceasta se întâmplă din cauză că nu ne dăm seama în ce măsură este dublat de circumspecție și combativitate. Cum nici o existență nu este scutită de riscuri, trebuie să le prevedem să le parăm și să le combatem, în afara oricărei considerații telepsihiice, trebuie să fim vigilenți, pentru adepții doctrinelor noastre telepsihiice având semnificația unei garanții, prin ea însăși eficace, căci a-ți face proiecte și a te teme suscită și stimulează gândurile defensive, voința de a respinge pericolul.

Dacă faptul de a se crede sortit insuccesului sau nenorocirii, este supărător, este bine să nu uităm noțiunea posibilității de a le înlătura printr-o interdicție formală. A ne teme de ceva având sentimentul că n-am putea să ne descurcăm echivalează cu a accepta și deseori de a atrage nenorocirea, dar teama creatoare a unei voințe imperioase de a îndepărta obiectul ei este dimpotrivă o apărare serioasă. Teamă care-i paralizază pe unii le dă altora aripi.

Se știe că oamenii voluntari ale căror gânduri de obicei despotice dau naștere supunerii, reușesc să impresioneze, în primul rînd pe cea mai mare parte dintre cei pe care-i apropie. Putem remarca de asemenea că spre aceste firi de satrapi aleargă în mod uimitor cei ce se supun. O mentalitate de senior feudal înprovizează mereu alți supuși. O mentalitate de sclav își atrage întotdeauna funia cu care este legat. De aceea, întîlnim deseori oameni devotați punîndu-se în slujba unor indivizi neîndurători — pînă la urmă așa sînt făcuți.

Ceea ce caracterizează firile, puternice — nu cele subtile, nici echitabile — este faptul că acești indivizi sînt plini de ei și siguri pe punctul lor de vedere. Ei vă descurajează cînd îl discutați pe al dv. pentru că simțiți foarte bine inegalitatea luptei. De obicei spunem : „Iată un bărbat sau o femeie de caracter“ și ne dăm de o parte deși avem dreptate. Eu numesc acest fenomen ascendent moral telepsihic și remarc că el opcrează, chiar dacă relațiile nu sînt apropiate și chiar dacă cei doi interesați nu s-au văzut niciodată. Aceste puternice egotisme se pierd deseori prin chiar ușurința lor volitivă care le incită mai mult la a cere decît la a reflecta.

Vigoarea propulsivă a gîndurilor lor este admirabilă, dar imaginile lor mentale sînt insuficient deliberate deci imprecise. Ei obțin multe dar niciodată exact ceea ce le-ar fi convenit. Pe de altă parte o purtare exterioară impresionantă, o vorbă clară un anturaj impunător își pierd repede valoarea, dacă în spatele fațadei zace o fire îngăduitoare, apatică sau temătoare. După regulile religioase, a munci, înseamnă, se pare, a se ruga, cînd aceasta se face conform unui ideal spiritual. Din punctul de vedere care ne preocupă, dacă munca este urmată de o emisie psihică concentrată aceasta concură puternic la a-i asigura lucrătorului ceea ce speră să obțină din munca lui. Se întîmplă uneori să calculăm beneficiul unei întreprinderi pe care ea nu-l va da, dar al cărui echivalent îl obținem pe o cale neprevăzută și aparent fortuită.

•

• •

Intim amestecată în toate raporturile umane, influența telepsihică se manifestă puternic în dragoste. Cei care iubesc cu pasiune, chiar dacă nu seamănă cu un Antinonius, Apollon sau Hercule, triumfă cu ușurință în fața unor îndrăgostiți fricoși, chiar dacă sînt atît de frumoși, încît, după cum spune poetul, își eclipsează rivalii, așa cum soarele risipește norii. Sub anestezianta emanare a dorinței masculine rezistențele feminine cedează și se abandonează, deseori fără să existe o mare dragoste, chiar

și în ciuda unor precise aversiuni. Gradul de atragere al fiecărei femei depinde de altfel în mod manifestat de factori imponderabili pe care-i distingem cu atât mai mult cu cât deseori exclud frumusețea, grația și distincția.

Afirmațiile amoroase scapă în mare parte analizei pur psihologice pentru că explicarea lor ține în întregime de complementarismul exact al celor două emisiuni și al celor două percipiente psihice, după cum și slăvirea și sfirșitul lor țin de o reciprocă și fatală saturație. Atîta timp cît durează idila, transporturile telepatice spontane, intuițiile lucide, premonițiile clarvăzătoare sînt deseori mărturii ale legăturii dintre cei doi interesați. Și cînd la unul dintre ei apar primele semne ale despărțirii, imaginate sau trăite, aceasta trage fără să ne dăm seama din fibrele celeilalte o dureroasă distanță, care anunță ruptura apropiată.

Dacă pasiunea se disociază de ea însăși sub acțiunea corozivă a timpului, sentimentele cîștigă dimpotrivă în influență prin durată.

Sînt rare cazurile în care din punct de vedere teratologic, excepțional chiar, indiferența să reziste mult timp afecțiunii și antipatia să nu cedeze, într-o bună zi, bună-tății. În toate cazurile, bunăvoința indulgentă și inofensivitatea, armonizînd psihismul individual vibrațiilor de aceeași natură constituie stări în mod prețios abductoare.

Dar trebuie să ținem cont că dorința, aviditatea sau pasiunea se mulțumesc cu complementarele lor, totdeauna caracterizate printr-o oarecare pasivitate morală. Astfel slăbiciunea sugerează toate abuzurile, în timp ce fermitatea le inhibă. De aceea, ingratitudinea este o trăsătură a celor cu suflete prea largi.

Din cele relatate putem degaja cîteva norme practice ale căror aplicare practică echivalează cu folosirea constantă și fără emisiuni speciale a proprietății de influențare a gîndului.

Dacă toate activitățile psihice au un răsunet exterior, este evident că pentru a obține de la ei efectele dorite trebuie să învățăm a ne domina impresiile, emoțiile, sentimentele și imaginația. A domina este folosit aici într-o dublă accepție — cantitativă și calitativă și tot așa de bine în sensul de a exalta decât în acela de a modera. Ajungem să fim stăpîni pe psihismul nostru printr-un efort susținut care se sprijină pe o serie de reguli pe care le-am definit într-un volum precedent¹ și la care nu voi mai reveni. Aceste reguli pe care citiva le înțelegem în general cît ar trebui, mai ales în ceea ce privește finalitatea lor. A ne conduce gândurile implică totuși posibilitatea unui maxim de acțiune asupra a tot ce ne privește. Fără să mai vorbim de acea liniște interioară fără de care nu putem fi stăpîni pe noi. Individul cel mai obișnuit, după ce și-a format obiceiul de a-și lăsa gândurile libere și de a le menține totuși convergența, exteriorizează o sumă considerabilă de vibrații ale voinței sale, care afectează pe toți aceia care au o legătură oarecare cu dorințele lui. El devine în stare să precizeze în imagini cu grijă elaborate ansamblul și detaliul proiectelor sale. Energia sa psihică, acumulată și condensată prin efectul regulilor respective se emite de la sine puternic prin imaginile pe care le formează. El operează în felul acesta o acțiune telepsihică generalizată, de unde rezultă acea magnetizare cunoscută sub numele de magnetism (atractiv) personal. Aceia — cărorora totul le reușește — o posedă fără să-și dea seama datorită unor dispoziții naturale, dar chiar și cei năpăstuiți în această privință pot s-o stabilească în ei înșiși prin dorință și măsură.

¹ *Puterea voinței, aceeași editură.*

PARTEA A IV-A

INDICAȚII COMPLEMENTARE

XIV. Contraindicații, piedici, păreri

Dacă nu avem un minimum de vigoare funcțională, oboseala care rezultă din emisiunile telepsihiice se transformă fără să i ne putem opune în depresie, care la rândul ei poate să atragă după ea multe dezordini.

*
* *

Diateticii renali și, în general, toți cei care au dificultăți de alimentare, ar fi prudent să se abțină. Orice cheltuielă cerebrală nefolosită necesită, într-adevăr, un efort suplimentar al rinichiului și al celorlalte organe legate de el.

*
* *

Surplusul de intoxicații floride le încearcă suficient psihismul pentru a-i face să-și schimbe părerea despre acțiunea la distanță. Și dacă, din întâmplare, unul dintre ei ar pune prea mult suflet, ar risca o congestie cerebrală.

*
* *

Agitații, obsedații, cei ale căror gânduri n-au nici o legătură cu impulsivitatea emoțională și imaginativă își agravează în general starea fără folos, practicînd acțiunea telepsihiică. Mai întîi de toate, aceștia ar trebui să ajungă

la acea stăpînire de sine care le lipsește și fără de care nu există nici elaborare, nici condensare, nici emitere eficace.

Nu uitați, ca după fiecare ședință, vă reveniți în fire, fixîndu-vă gîndul asupra unui subiect liniștitor și, în orice caz, în afara preocupărilor pe care tocmai le-ați avut, pentru a evita instalarea ideilor fixe, care sînt mama demenței. Ne recuperăm greu forțele și simțim un fel de oboseală.

Nu rareori, ni se întîmplă ca în ziua în care ceva nu merge cum am vrea și deși pînă atunci am fost total indiferenți la chestiunile psihice, ne gîndim să ne procurăm un tratat despre hipnotism, convinși fiind că vom găsi în el rezolvarea pe loc a oricărei dificultăți. Totuși, cine ar pretinde să stenografieze un discurs imediat după cumpărarea unui tratat de stenografie ? Nu devii experimentator de azi pe mîine, pentru simplu fapt că ar fi nevoie să devii așa ceva. Trebuie mai întîi să ne străduim a înțelege și apoi a aplica.

Dacă un chimist ar pretinde, sub pretextul că are imediat nevoie de el, că poate să obțină un produs în mai puțin timp decît este necesar pentru a-l elabora, l-am privi cu neîncredere. Totuși sînt destui gînditori care, presați fiind de timp, fac apel la telepsihie pentru a grăbi obținerea unor rezultate mai rapide, mai ales în cazurile în care așa ceva nu se poate.

A fi grăbit nu-ți conferă aptitudini speciale. În telepsihie nu există rezultate în același timp importante și imediate. Repetiția este aceea care face forța sugestiei și asiduitatea cea care-i conferă ușurința — întotdeauna relativă de altfel.

•
• •

Mulți se cred incapabili de influență. Mulți se cred capabili, fără un efort apreciabil, de efecte instantanee și considerabile. Unii înțeleg dificultatea, o abordează cu hotărâre și investesc încet încet în ea o răbdare statornică. Aceștia sînt cei ce vor culege și roadele.

•
• •

Înainte de orice acțiune la distanță nu putem aprecia consecințele pe care le-ar putea avea dorința noastră. Unele sînt inevitabile și este bine să vedem dacă nu ne vor face să plătim prea scump satisfacția a căror urmare sînt, altele pot fi evitate cu condiția de a le specifica intenția în planul general pe care-l știm.

•
• •

Aproape toți elaborăm destulă energie psihică pentru a obține cu ajutorul procedeelor expuse în această carte, rezultate hotărîtoare despre tot restul existenței, dar cu cît elaborarea este mai abundentă cu atît tensiunea de exteriorizare este mai puternică.

Această tensiune determină impulsuri cărora nici măcar prin cup nu ne trece să le rezistăm. Totuși, toate lucrările analoage cu a noastră indică cu prolixitate că a ceda impulsului, înseamnă a lăsa energia psihică să se evapore.

•
• •

Din fericire oamenii care se înfurie ușor își cheltuiesc în manifestări exterioare, în general inofensive, formidabilul dinamism ieșit din mînia lor. Dacă ar ști să-și țină cuvintele, să nu dea cu pumnul în masă și să nu spargă obiecte, ar putea să facă pagube și mai mari. Vigoarea propulsivă a gândirii, ardoarea pasională, violențele sufletului constituie adevărate sceptre, cu condiția să ne asumăm inițiativa mînuirii lor.

A ști să fii spontan, înseamnă a fi stăpîn pe propriul destin. Cei care guvernează lumea sînt oameni care au știut să-și stăpînească o formidabilă impulsivitate nativă transformînd-o astfel într-o putere dominatoare și realizatoare. Nu pot să cred că este de ajuns să te stăpînești ca să guvernezi lumea. Dimpotrivă, afirm că prima condiție pentru a deveni cineva înseamnă să fi sortiț acestei situații la naștere. Dar asupra individului riguros capabil de a se guverna, la triplul punct de vedere senzorial, emoțional și imaginativ se adaugă destinul care are mult mai puțină importanță decît celelalte. Omul care ajunge să-și conducă gîndurile, se eliberează aproape de orice influență, chiar și de cea colectivă. Numai prin instaurarea unei solide structuri interioare, opusă învățăturilor libertine fiecare individ poate să-și cucerească libertatea.

Dacă nu putem schimba radical elementele psihice și fiziologia pe care le-am moștenit, putem, cu pricepere să extragem din ele un maxim profit. Astfel, făcînd numai ceea ce ne permit puterile, putem să le sporim și să le adaptăm satisfacției nevoilor vieții.

Spațiul fiindu-mi limitat, am fost obligat să condensez în acest volum o mulțime de noțiuni acumulate în douăzeci de ani de observații zilnice. Nu vă mirați așadar dacă uneori vă veți simți obligați să reflectați un timp pentru a înțelege textul.

XV. Dezvoltarea aptitudinilor telepsihice

Practica hipnotismului propriu-zis, în care se acționează asupra subiecților prezenți prin privire, curvînt și voință, constituie o excelentă metodă de pregătire pentru telepsihie. Sînt exersate toate facultățile mentale ac-

tive, în mod deosebit atenția, judecata și puterea voinței. Este o psihogimnastică rațională și sintetică care solicită calitățile intelectuale întărind ceea ce se cheamă forță de caracter. Ea comportă toate eforturile de inițiativă, discernămint, stăpânire de sine și de influențare a altcuiva, susceptibile de a opoara la formarea unei puternice personalități. De aceea cel mai scurt drum pentru a deveni un bun telepohist, constă în a te consacra cu asiduitate hipnotismului direct. Un om deprins cu procedeele obișnuite de hipnotizare, știe să gândească cu toată ființa și precizia necesară pentru a influența la distanță. Considerații multiple pot să-l facă pe un începător să-și schimbe părerea sau să renunțe. Mai întâi de toate greutatea cu care se găsesc subiectele. Persoanele sensibile la manevrele hipnotice ale unui începător, și care să accepte cu ușurință, colaborarea cu acesta, sînt destul de rare. Există totuși cam 15 la sută care acceptă, iar dintre acestea două sau trei ar putea fi hipnotizate și de un copil. De altfel, printr-un fenomen, ușor de înțeles, cea mai mare parte a oamenilor a căror impresionabilitate îi face să fie cu ușurință lămurii acceptă mult mai repede decît cei refractari, să fie hipnotizați. În ședințele publice, în care experimentatorul invită dintre cei ce asistă și doresc să se supună acestei încercări, sugestionîndu-i să urce pe scenă, cei ce se prezintă sînt de obicei buni subiecți. În viața obișnuită ei se recunosc ușor. Cîteva precizări despre semnele revelatoare care trebuie căutate sînt pe gustul multora.

Orice-am zice despre teoriile care în mod firesc sînt modificate sau înlocuite cu altele — tot într-un cadru teoretic este bine să discutăm ca să înțelegem lucrurile mai bine. Mă voi folosi așadar de o schemă care-mi este familiară : aceea a celor patru mijloace de influențare.

Din 100 de indivizi luați la întîmplare, unli sînt deosebit de sensibili la acțiuni senzoriale, aceia care încep de la periferia nervilor la centru, de exemplu prin fixarea unui punct foarte strălucitor sau lovitura de gong. Se cunoaște numărul mare al celor ce au suferit comotii în război : o explozie în apropiere de ei îi face să rămîină într-o stare cataleptică. Doctorul Mesnet, pe de altă parte ne-a lăsat un exemplu de hipnoză spontană prin lumină puternică. În cartea sa intitulată *Somnambulismul pro-*

zocat, el notează cazul unui șef de gară, fascinat de proiectorul unei locomotive și călcat de tren, care înainte de a-și da sufletul, declara că și-a pierdut conștiința în urma șocului provocat de lumina farului asupra retinii. Din fericire, dus la spital el și-a revenit.

Alții se arată aproape refractari oricărui alt procedeu în afara sugestiei, care invers față de procedeele senzoriale, atinge direct organul central reacționând asupra sistemului nervos, într-un mod centrifug.

Întîlnim de asemenea oameni, asupra cărora proiecțiile magnetice îi fac efectul în cîteva minute. În fine — acțiunea pur psihică — sugestia mentală — își are și ea predispușii ei. Să mai adăugăm că destul de frecvent întîlnim subiecți ce se lasă la fel de influențați prin două sau chiar trei dintre cele patru procedee.

Iată cum observațiile ce trebuie reținute pentru a înțelege aptitudinea de manifestare a fenomenelor studiate în psihism.

Înainte de toate trebuie să spunem că un sistem nervos mai sensibil la acțiunile senzoriale pentru ca o stare secundară să rezulte din el, este ori viciat ori foarte deprimat. Ereditatea alcoolică sau specifică, degenerarea celulei nervoase, hiperestezia sînt întotdeauna legate de hipnotizabilitatea senzorială. Iată de ce Charcot și Sevala nu erau de acord cu Liébeault și Nancy. La Salpêtrière se făceau experiențe pe isterici, hebefrenocatalonici — pe anormali — în exclusivitate. La Nancy terenul experimental mai larg cuprindea toate felurile de bolnavi. Iată, de asemenea de ce Babinsky și neurologii sec. XX afirmă că : sugestibilitatea = histeria = pitiatismul : ei lucrează numai pe terenul neurozei. Există un mijloc foarte simplu în a-ți da seama dacă eliminarea unui simț ar provoca hipnotizarea subiectului urmărit : așezați-l în așa fel încît cîmpul lui vizual să fie întrerupt de o draperie neagră, de un panou cu dungi verticale alternate, negre cu albe, albastre și albe etc. Un om normal nu va acuza decît o ușoară perturbare vizuală. La un senzorial se va remarcă o alternare accentuată a sistemului psiho-nervos : încetinierea asocierii de idei, năucire, toropeală și uneori chiar halucinații spontane. Să trecem acum de la diagnosticul

sensibilității la sugestie. Ea se măsoară avînd în vedere aptitudinea mai mult sau mai puțin accentuată cu monodeismul spontan. Semnele exterioare care o scot în evidență sînt următoarele „fețe ovale sau triunghiulare, prin opoziție cu fizionomiile rotunde sau pătrate ; predominanță în lineamentele feței a contururilor eliptice cu cele rectilinii ; insuficiența înălțime a treimii superioare a feței sau exces al treimii inferioare (în ambele cazuri este predispus la hipnotism senzorial ; urechi fără lobi, netivitate ; deget mare subțire sau scurt. Linia minții ștearsă sau absentă. Nasul furnizează și el un indiciu : cei sugestibili se întîlnesc în proporție notabilă printre cei al căror nas are fie o formă convexă cu terminație ascuțită, fie formă concavă cu terminație rotundă. Toate aceste semne sînt aproximative. Dar dacă un individ prezintă mai multe din ele, atunci fără îndoială că este un „subiect“.

O altă idee inhibitoare care îi reține adeseori pe începători este teama de ridicol, în aparență inevitabil, de eșec. Hipnotizorul, cunoscut ca atare nu este luat peste picior cînd efectul nu este cel așteptat. De începător, dimpotrivă, se rîde cînd ceva nu-i reușește. Aceasta pentru că, pentru omul de rînd hipnotizorul este o ființă înzestrată cu puteri supranaturale. Nu se rîde de eșec, ci de pretenția lui nejustificată. Cei cu experiență în domeniu sînt obișnuiți cu afronturile și nu-și fac probleme din atîta lucru. Dar nimic nu ne împiedică să procedăm cu grijă și să alegem pentru primele încercări, un individ prezentînd toate semnele de care am vorbit. Și de altfel riscul este de scurtă durată. De îndată ce un domn a reușit în public o singură hipnotizare, și cei mai porniți în a se distra pe seama lui îl vor privi cu uimire. Rutina intelectuală închide într-o carapace atîta creiere, încît cel ce reușește să se elibereze de acest lucru hotărîndu-se să practice ceva atît de înșolit ca hipnotismul provoacă întotdeauna uimire.

Deși calea precedentă rămîne cea mai rapidă pentru pregătirea pentru telepsihie, pentru că se poate forma un experimentator în maximum o lună, mai există și alte metode pe care le putem utiliza : pre deosebire de toți ceilalți. Mai întîi conformîndu-ne principiilor Educației psihice elementare pe care le-am expus în lucrarea *Puterea Voinței*.

Apoi practica obișnuită a anumitor reguli pe care le vom prezenta în continuare.

1. **Tăcerea** — Nu este vorba de a deveni un stilist și nici strict laconic. Mai ales intimitatea morală și intelectuală trebuie să rămână tăcută și să respingă orice confidență, orice exprimare verbală, orice luare de contact. Toate acestea conțin numeroase mișcări afective exteriorizatoare, de dinamism psihic, și operează o condensare metodică susceptibilă de a-i întări chiar și pe cei mai slabi. Spontaneitatea orală trebuie de asemenea stăpinită printr-un efort de atenție care va substitui întotdeauna cuvintele celor ce tind să smulgă primul impuls. Un nou efort, o nouă încordare a mușchilor, noi unități de energie, care se condensează.

2. **Izolarea de sine**¹ — odată obișnuiți cu regula precedentă, o vom completa prin retrageri periodice, în solitudine. Este de la sine înțeles că pentru a evita dezordonarea intelectuală pe care o numim visare și care contravine, în mod foarte insidios, regulilor tăcerii, vom fixa gândurilor noastre o orientare deliberată. De pildă : medităm la viitoarele realizări, facem o revizie mnemonică a incitărilor sau a veleităților trăite de la prima recapitulare analogă (ceea ce ne permite să eliminăm influențele străine), apoi exerciții de antrenament respirator sau de imaginație activă.

Această practică, izolarea de sine, atașază solid elementele psihologice ale personalității, previne agresiunile, imprăștiierile, disocierile, adunînd într-un cuvînt la un loc esențialul „eului“.

3. **Respirația.** Toată lumea cunoaște efectele perturbatoare ale atenției asupra ritmului respirator. Se mai știe, de asemenea, că orice act de telepsihie voluntară, cere o activitate prelungită a atenției. Întărind mușchii care comandă inspirația, vom ajunge să realizăm emisiuni telepsihice mai puternice mai lungi, fără să ne simțim prea obosiți. Activăm de asemenea, în mod considerabil, elaborarea forței nervoase al cărei rol primordial a fost definit în capitolul III. De aceea, toate metodele de yoga, de fachi-

¹ Nu folosesc aici cuvîntul izolare întrebunțat în psihism.

rism sau de simplu magnetism animal insistă atîta asupra oportunității exercițiilor respiratorii. Au fost propuse mii de variante ale acestor exerciții. Cititorului nu-l rămîne, așadar decît să aleagă. Țin totuși să spun că ajunge să respire atent și lung două-trei sferturi de oră pe zi. La realizarea acestui lucru îl poate ajuta mai ales mișcarea.

Sporturile, așa cum sînt înțelese actualmente, duc la un atletism aproape unic muscular și de altfel trecător. În toate cazurile, ele sînt incluse într-o cu totul altă concepție decît practicarea psihismului. Numai așa-zisa gimnastică suedeză rămîne compatibilă cu învățămintele noastre. Ea sporește rezistențele fiziologice fără a altera vreun organ surmenîndu-l.

4. Imaginația — Am văzut în capitolul III, că trebuie să exprimăm în imagini ceea ce vrem să sugerăm. Dar nu ajungem la acest lucru întotdeauna dintr-o dată. Pictorii și sculptorii, deși vizual dotați, exersează mult timp înainte pînă își fixează în minte liniile, culorile și planurile pînă să ajungă a le vedea exact cum sînt. Puțin cîte puțin ei ajung să fie capabili nu numai să *rețină* dar să și *creeze*.

Cel ce practică telepsihia ar trebui să-și educe în același fel imaginația. Gîndindu-se la acest lucru, cu timpul se va obișnui să privească cu atenție caractere morfologice ale lucrurilor și ființelor. El își va folosi momentele în care se retrage ca să-și amintească de obiecte, de persoane, de scene. Va evoca figuri absente și le va detalia trăsăturile. Pentru a completa antrenamentul, el poate să-l adapteze și auzului, mirosului, pipăitului și chiar gustului.

Viața ne oferă zilnic mai multe ocazii de a ne folosi de acțiunea mentală. Încercînd mai întii eforturi scurte și ușoare, apoi din ce în ce mai lungi și mai complicate, ne desăvîrșim antrenamentul, ceea ce nu înseamnă însă a înceta să mai exersăm. Dimpotrivă este bine să ne menținem în stare activă toate facultățile care concură la influențarea telepsihică.

XVI. Telepsihia empiricilor

Toată lumea știe, dacă nu din constatare directă, cel puțin din mărturisiri, de fenomenele atribuite acelor empirici decorați cu nume de vrăjitori, a căror rasă se perpetuează, în ciuda răspîndirii școlii primare¹ și a pozitivismului², în unele din regiunile noastre mai ales în Bretonia și în Isère.

Făcînd abstracție de fantasmagoniile supraadăugate de legende și de ingredientele botanice sau alte lucruri care explică îndecajuns eficacitatea anunilor „ursitori”, rămîne de netăgăduit faptul că oamenii incuți și creduli reușesc să acționeze, fără să-i atingă sau să-i vadă, asupra acelor pe care vor să-i afecteze.

Tipul de vrăjitorii și originea doctrinelor rătăcite care le inspiră practicile, au fost studiate cu o admirabilă capacitate și o documentare impresionantă de Stanislas de Guaita³. Ca și acesta din urmă am certitudinea că o lume supra-normală de ființe și de energii contribuie uneori la operele de vrăjitorie⁴. Dar singurele proprietăți ale psihismului uman, așa cum le-am abordat în această carte, explică foarte bine efecte obținute în mod obișnuit de cei ce cred în descîntec, mai ales acele tulburări sau sugestii pe care știu să le transmită oamenilor și animalelor⁵. Să deschidem *Dragonul roșu*, sau orice altă carte despre vrăjitori și vrăji. Vom observa numaidecît că pentru cel mai neînsemnat rezultat experimentatorul trebuie să îndeplinească o lungă serie de acte, dificile, greoaie, periculoase, impresionante, destinate a-l exalta.

El trebuie să caute și să adune, la momente precise, ierburi ciudate, să sacrifice un animal de la care ia sîngele și organele, să viziteze morminte în timpul nopților ca

¹ La examinarea recruților după încorporare, 25% erau analfați.

² Există în Franța, milioane de persoane care cred în existența diavolului, și transmit și copiilor convingerile lor.

³ De același autor, *Cheia magiei negre*.

⁴ Vezi *Știința Ocultă* și *Magia practică*, de același autor.

⁵ Animalul resimte acțiunea telepsihică a omului.

să-și procure oscioare sau cuile „din sicriul unui om mort în același an, fără să se spovedească“.

După ce a adunat toate aceste substanțe, tot atît de numeroase pe cît de heteroclite, de care are nevoie pentru vrăjile lui, vrăjitorul trebuie să le închine Forțelor întunericului, să le amestece și să le transmită pînă la saturare influxul nervos — de aceea amestecul este însoțit de tot felul de imprecații. El va amesteca aproape întotdeauna și un obiect sființit, fără stirea preotului, sustrăgîndu-l din altar înaintea începerii slujbei. Înainte de toate, o primă inițiativă, destul de delicată, se impune : procurarea de la persoana pe care vraja lui trebuie s-o atingă, a cîtorva fire de păr sau bucăți rupte din haine, prin care el speră să stabilească legătura.

Toate acestea, cer din partea lui, zile și uneori săptămîni, o atenție susținută, fix orientată, violente eforturi de voință — care sînt dovada implacabilei sale hotărîri. Obsesia a ceea ce vrea să obțină crește pe măsură ce operația continuă. Cum el crede din tot sufletul în gravitatea sacrilegiilor sale și a invocațiilor sale păgîne, imaginația sa frează și reacționează asupra emotivității lui care vibrează intens. Iar încrederea oarbă pe care o are în practicile lui și în irezistibila putere de care crede că dispune în timp ce le îndeplinește, dă gîndurilor sale o fermitate de neclintit. Astfel, acel *modus operandi* al atîtor rețete superstițioase se identifică perfect cu acela al psihismului metodic. Formulele oficiantului acționează înainte de toate asupra lui însuși. Însufletul lui primitiv și pătimaș ele determină elanuri frenetice, ale căror repercusiuni telepsihice lovesc adesea cu mai multă forță decît o emisiune sistematică. Chiar dacă sîntem decepționați, ignorantul, stupidul, delirantul vrăjitor obține uneori ceea ce oamenii cultivați, raționali, dar slabi și fără convingere nu vor obține niciodată. Ca să-ți reușească vrăjitoriile, trebuie să fii predestinat adică predispus printr-o fire cum numai în regiunile pe jumătate sălbatice întîlnești.

Să nu uităm, ca să-i liniștim pe cei fricoși, că după o lege absolut verificată, nimeni nu va reuși să afecteze telepsihic o ființă cu mult mai subtilă decît el.

Cei ce citesc aceste rînduri și le înțeleg pot să se considere inaccesibili oricăror vrăji făcute de oameni care le sînt inferiori.

XVII. Negatori și detractori

Putem spune că în filozofie, metafizică sau religie acel *ultima ratio* al unei păreri nu este altceva decît temperamentul. Schimbările de concepție cele mai complete se explică prin evoluția religiei. Acel subiectivism care este foarte normal într-un domeniu ideologic devine greu admisibil cînd se extinde la știința experimentală.

Totuși, savanții cînd au respins, cînd au admis realitatea fenomenelor magnetismului animal pentru a-i da, în cele din urmă, după publicarea lucrărilor lui Braid, pe la 1742, o recunoaștere oficială, care însă n-avea să fie decît provizoriu definitivă. Hipnotismul a fost atunci în mare vogă în lumea științifică și medicală. Era o chestiune de modă. I se atribuia o însemnătate mult mai mare decît avea.

„Descoperirea lui Braid. scria pe scurt Dr.-ul J. P. Philips¹ are cu totul altă importanță decît cele pe care tocmai i le-au descoperit cîțiva chirurghi francezi. Chiar și cei mai simpli practicieni fără o cultură intelectuală sînt obligați să recunoască că ea constituie cucerirea cea mai mare care a fost vreodată făcută în medicină „Istoria naturală și filozofie“.

Vîntul și-a schimbat direcția. A fost de ajuns ca un neurolog celebru să vrea a-și întrece predecesorii cu teorii noi. Magister dixit. Pura ortodoxie a Facultății recomandă pentru moment fanaticilor ei discipoli să se arate mai puțin neîncrezători față de fenomenele hipnotice. Astfel, putem citi sub semnăturile lui M. M. F. Achille Delmas fost șef al clinicii de boli mintale a Facultății de medicină din Paris și Marcel Boll, profesor agregat al Universității, doctor în științe, următoarele² : „Nu reținem ni-

¹ Dr. J. P. Philips — *Curs teoretic și practic de Braidism*, Paris, 1860.

² *La personnalité humaine*, de Achille Delmas și Marcel Boll, Paris, 1922.

mic² din hipnoză, așa cum am crezut a o înțelege, căci ea are la bază interpretări greșite. Hipnoza este simularea³ somnului „somnambule de către niște subiecți perfect treji, hipnotismului nu-i mai rămâne decât să fie complice cu subiectul⁴ sau păcălit de el⁴. Este fără replică, dar autorii ar trebui să ne spună din ce cercetări experimentale și-au luat afirmațiile. Au căutat oare să verifice personal, prin aplicarea procedelor hipnotice pe cel puțin o sută de indivizi luați la întâmplare, realitatea sau inexistența hipnozelor? Ne îndoiim.

Hipnoza este după ei, simulare. Să vedem. Confrății lor care au scris cu 24 ani mai înainte erau deci niște obsedați.

„Pe 12 aprilie 1829 — scrie Cul'erre⁵, doctorul Coloquet face o operație de cancer la sân unei doamne de 64 ani, în timp ce ea era sub efectul hipnozei. După cum însăși ea mărturisește n-a simțit nici o durere și nu-și amintește nimic de operație⁴. În 1846, doctorul Loyse], din Cherbourg extirpa o tumoră din regiunea mastoidiană unei femei de 30 ani adormită. După ce s-a trezit ea a declarat că nu o durea nimic, că nu a simțit nici o durere în timpul operației și că nu știa nimic despre ce se petrecuse cu ea. Același chirurg, în câteva luni, ajunsese la a douăsprezecea operație practică în timpul somnului hipnotic. În aceeași epocă, Fanton, Toswel și Joly, din Londra au amputat, în condiții asemănătoare două coapse și un braț. În 1847, doi medici din Poitiers, M. M. Ribaud și Klaro, operând o tumoră de maxilar la o tină, au făcut într-o primă ședință incizia tumorii, în a doua extracția unui dinte; într-o a treia extirparea neoplasmului, totul fără nici o durere, datorită hipnozei. Această lungă și crudă muncă, citim în rezumatul publicat în *Gazeta Spitalelor* a semănat mai ales cu o lecție de disecție făcută pentru studenți decât o operație practică pe un trup viu. Pe 4 decembrie 1859, M. M. Broca și Follin au practicat la Paris incizia unui abces în anus la o femeie în vîrstă de 40 ani, hipnotizată. Operația sa — desfășurată fără dureri.

² Sublinierea îmi aparține.

³ ⁴ — Sublinierea îmi aparține.

⁵ Dr. Cullere, *Magnetism și Hipnotism*, Paris 1887.

Cîteva zile mai tîrziu, doctorul din Poitiers a amputat piciorul unui bărbat tot sub anestezie hipnotică. Pacientul n-a simțit nici o durere, dar a fost conștient în timpul operației. Am simțit, a spus el, ce mi-au făcut și dovada că nu mint, este că piciorul mi-a fost tăiat în momentul în care dv. mă întrebați dacă simțeam vreo durere. Doctorul Exdaille, chirurg la Spitalul din Calcutta a executat în șase ani, în aceeași epocă, șase sute de operații prin hipnoză, sub controlul unei comisii de medici, chirurși și savanți, numită la cererea sa de guvern.

Domnii Achile Delmas și Marcel Boll ne vor spune poate că toți subiecții despre care este vorba au împins simularea pînă la disimularea insensibilității în timp ce scalpелul, ferestrele și răzuitorul de oase le disecau carnea. În cazul acesta am putea înțelege că medicii care i-au operat aveau un oarecare avantaj ca să fie complici sau să se lase înșelați. Cîți sînt complici și cîți păcăliți atunci printre medici.

În mod sigur, teoriile emise de toți acești practicieni au fost revizuite cu timpul, în sensul indicat de mine în capitolul V și printre faptele observate de ei mîtomania și simularea au avut un rol considerabil, dar aceasta nu înseamnă că hipnoza nu există și că adevăratele păcăleli sînt altele decît cele pe care le cred unii. Este de ajuns de altfel să experimentăm pentru a constata că în ciuda oricărei negări, hipnotismul este o realitate pe care nu o putem suprima printr-o trăsătură de condei.

În ciuda disprețului manifestat de Facultate se pot spune foarte multe despre acțiunea telepsihică, mai ales domnii Achille Delmas și Boll, care au numit aceste coincidențe — telepatie. La aceasta trebuie să mai adăugăm că în miile de observații și experiențe relatate, sînt tot atitea fapte probatoare. Și chiar de-ar fi fapte izolate, de dragul adevărului și nu pentru capriciile științei oficiale, trebuie luate în seamă. Exact acest lucru l-am făcut prin prezenta lucrare. Am făcut-o cu speranța că-i voi provoca pe cercetători, să aducă lămuriri noi asupra acestei probleme, atît de legate de influența reciprocă pe care noi toți o exercităm, conștienți sau inconștienți, unii asupra celorlalți.

CUPRINS

Prefața	3
-------------------	---

PARTEA I

Teorii și procedee

Introducere în studiul puterii gândirii	5
Ce trebuie să știm înainte de a începe experiențele	9
Legile telepsihiei	12
Instrucțiuni practice generale pentru a influența pe cineva fără ca el să-și dea seama	15
Considerații preliminare	15
Primele măsuri ce trebuie luate	16
Construirea imaginilor	18
Elaborarea și condensarea energiei psihice	19
Disponibilizarea	20
Raportul	22
Emițerea (transmiterea)	23
Durata și frecvența emisiunilor	24
Recuperare — Densitate cerebrală	24

PARTEA A II-A

Producerea unor fenomene pe subiecte de experiență

Comunicații concertate	27
Condiții de experimentare	27
Culorile și formele	29
Sunetul	30
Mirosul și gustul	30
Senzațiile tactile	30
Impulsuri musculare	31
Stări emotive	31
Transmiteri literare	32
Sugestia mentală asupra unor subiecte de experiență în stare de veghe	32
În stare de veghe	33
Antrenamentul pasivității mentale prin procedeele lui Cumberland	33
În stare de hipnoză	35
Hipnoză prin acțiune mentală	39

PARTEA A III-A

Diverse adaptări

Comunicarea telepsihică a sentimentelor	43
Considerații generale	43
Dinamismul pasional	44

Oprirea împrăstierii dinamismului	45
Gestiunea interioară	46
Planul (notele de disponibilizare)	47
Tratamentul mental al bolilor	50
Cum să combatem influențele nefaste	53
Prevenirea sau modificarea unei decizii supărătoare	35
A feri sau a proteja pe cineva	57
Dedublarea	58
Telepsihia în viața individuală și colectivă	64

PARTEA A IV-A

Indicații complementare

Contraindicații, piedici, păreri	73
Dezvoltarea aptitudinilor telepsihice	76
Telepsihia empiricilor	82
Negatori și detractori	84

Tehnoredactor : FLORIAN VAȘCU

Coli de tipar : 5,5. B.T. : 27.X.1992.

Format : 16/54×84. Apărut : 1992.

Tiraj : 15 000 ex. Comanda : 215.

Tiparul executat la
 Imprimeria „Oltenia” — Craiova
 B-dul Mareșal Ion Antonescu, 102
ROMÂNIA

